

**UNIVERSIDAD DE HUANUCO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERIA**



**TESIS**

**“CONOCIMIENTOS SOBRE LA PREPARACION DE  
LONCHERAS PRE ESCOLARES DE MADRES DEL  
NIVEL INICIAL DE LA INSTITUCION EDUCATIVA INICIAL  
N° 003 “LAURITA VICUÑA PINO” - HUANUCO 2016”**

**Para optar el título profesional de:**

**LICENCIADA EN ENFERMERIA**

**TESISTA:**

**Bach. PALOMINO ESCALANTE, Yesenia Rosalí**

**ASESORA:**

**Dra. RODRIGUEZ ACOSTA, Gladys Liliana**

**HUÁNUCO – PERÚ  
2016**



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO



FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD  
PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA

## ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En la ciudad de Huánuco, siendo las 5:30 horas del día 26 del mes de octubre del año dos mil diecisiete, en el Auditorio de la Facultad de Ciencias de la Salud en cumplimiento de lo señalado en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad de Huánuco, se reunió el Jurado Calificador integrado por los docentes:

- |                                       |                   |
|---------------------------------------|-------------------|
| • Dra. Ahida Medrano Céspedes         | <b>Presidenta</b> |
| • Mg. Edith Cristina Jara Claudio     | <b>Secretaria</b> |
| • Lic. Enf. Diana Karina Palma Lozano | <b>Vocal</b>      |

Nombrados mediante Resolución N°1853-2017-D-FCS-UDH, para evaluar la Tesis intitulado: "CONOCIMIENTOS SOBRE LA PREPARACIÓN DE LONCHERAS PRE ESCOLARES DE MADRES DEL NIVEL INICIAL DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL N°003 "LAURITA VICUÑA PINO" – HUÁNUCO, 2016", presentada por la Bachiller en Enfermería Srta. Yesenia Rosalí PALOMINO ESCALANTE, para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería.

Dicho acto de sustentación se desarrolló en dos etapas: exposición y absolución de preguntas, procediéndose luego a la evaluación por parte de los miembros del Jurado.

Habiendo absuelto las objeciones que le fueron formuladas por los miembros del jurado y de conformidad con las respectivas disposiciones reglamentarias, procedieron a deliberar y calificar, declarándolo (a) Aprobada por Unanimidad con el calificativo cuantitativo de Quince y cualitativo de Buena.

Siendo las 6:30pm horas del día 26 del mes de Octubre del año 2017, los miembros del Jurado Calificador firman la presente Acta en señal de conformidad.

  
PRESIDENTA



SECRETARIA



VOCAL

**ESCUELA ACADEMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

---

**“CONOCIMIENTOS SOBRE LA PREPARACIÓN DE  
LONCHERAS PRE ESCOLARES A MADRES DEL NIVEL  
INICIAL DE LA INSTITUCION EDUCATIVA INICIAL N°003  
“LAURITA VICUÑA PINO” - HUANUCO 2016”**

---

### **DEDICATORIA:**

Esta tesis está dedicada a mi DIOS, por la vida y por las bendiciones que ha derramado en mi vida para poder llegar hasta este punto y haberme dado sabiduría para lograr mis objetivos trazados.

A mi Madre por su amor inmenso y por su apoyo incondicional la cual me ha motivado a sobresalir de toda adversidad que se ha presentado en el camino; así mismo me ha ayudado a ser una persona con valores.

A mis Pastores de la Iglesia Peniel y Ebenezer que gracias a sus oraciones y consejos como segundo Padres me han ayudado a esforzarme, a ser valiente y no desmayar para así lograr mi meta.

## **AGRADECIMIENTOS**

Agradezco a DIOS, por darme la vida y haberme guardado de todo peligro en todo este tiempo y darme esas fuerzas para superar todo obstáculo que se ha presentado en el camino.

A la Dra. Gladys Rodríguez Acosta por su valiosa guía y el asesoramiento durante el desarrollo de la tesis.

A la Directora de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicia N°003 “Laurita Vicuña Pino” - Huánuco 2016, a la señora Córdova Tarazona, Thedy Caridad ya que gracias a su permiso se realizaron la toma de datos.

A la universidad de Huánuco Escuela Académica Profesional de Enfermería por brindarme las enseñanzas adecuadas y la oportunidad de poder mejorar como una profesional.

A mi Madre, por su amor infinito y por su apoyo incondicional para realizar la tesis.

A las Madres de los niños y niñas de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” - Huánuco 2016, quienes apoyaron en la realización del estudio que se llevó a cabo.

Muchas gracias a todos.

La Autora.

## RESUMEN

**Objetivo:** Determinar los conocimientos sobre la preparación de loncheras pre escolares en Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” de Huánuco 2016.

**Métodos:** el estudio fue de tipo observacional, prospectivo, transversal y análisis estadístico univariado, con diseño descriptivo típico con una muestra de 80 Madres de pre escolar de dicha Institución Educativa Inicia N°003 “Laurita Vicuña Pino” de Huánuco 2016. Se aplicó un cuestionario de conocimientos; previa validación (KR= 0.90). Se tuvo en cuenta los aspectos éticos (beneficencia, no maleficencia, justicia y autonomía). En el análisis inferencial se utilizó la prueba no paramétrica del  $\chi^2$  Chi cuadrado, con un valor  $p \leq 0,05$ ; apoyados en el paquete estadístico.

**Resultados:** De acuerdo a lo planteado en nuestro estudio acerca de los conocimientos sobre preparación de las loncheras pre escolares en Madres de una Institución Educativa se encontró los siguientes datos, que dan relevancia a nuestro estudio, donde el 100% (80 madres), 57,5%(46) desconocen sobre lonchera escolar y 42,5%(34) conoce. Así mismo de acuerdo a las dimensiones 70,0% (56) desconoce sobre preparación y 30,0% (24) conoce; 66,3% (53) desconoce los tipos de alimentos y 33,8% (27) conoce; 50,0% (40) desconoce la higienización y 50,0% (40) conoce, por otro lado estos resultados no muestran diferencias significativas estadísticamente ( $p \leq 0.005$ ).

**Conclusiones:** Se encontró similares proporciones entre las Madres que conocen y desconocen sobre la preparación de la lonchera pre escolar.

**Palabras claves:** “Lonchera pre escolar”, “Conocimientos”, “Madres”

## ABSTRACT

**Objective:** To determine the knowledge of mothers on preparation of school lunchbox.

**Methods:** The study was observational, prospective, transversal and statistical analysis will be univariate type, with typical descriptive design with a sample 80 mothers in the school . A questionnaire was applied knowledge; prior validation (KR = 0.90). The ethics (beneficence, non-maleficence, justice and autonomy) was taken into account. Nonparametric chi-square test was used  $\chi^2$ , with a  $p < 0.05$  value in the inferential analysis; supported by SPSS V. 22.

**Results:** Of 100% (80 mothers), 57.5% (46) know about school lunchbox and 42.5% (34) know. Also according to the dimensions 70.0% (56) unknown preparedness and 30.0% (24) know; 66.3% (53) know the types of foods and 33.8% (27) know; 50.0% (40) know the sanitation and 50.0% (40) knows, on the other hand these results show no statistically significant differences ( $p > 0.005$ ).

**Conclusions:** Similar proportions were found among mothers known and unknown about school lunchbox.

**Keywords:** "lunchbox school", "Knowledge", "Mother".

## INTRODUCCION

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la Desnutrición infantil y la obesidad infantil son uno de los problemas más graves a nivel Mundial.<sup>1</sup>

Existen muchas evidencias científicas así mismo empíricas que demuestra que la desnutrición en las niñas y niños menores de tres años tiene impacto negativo durante todo su tiempo de vida. Siendo así un problema importante de la Población Infantil en el Perú la cual hace que el niño o niña sea susceptible a adquirir muchas enfermedades infecciosas aumentando así altos índices de mortalidad infantil.<sup>2</sup>

Una lonchera escolar adecuada ayuda a los niños en su desarrollo y crecimiento durante esta etapa de su vida; así mismo se requiere tener conocimientos para realizar una preparación de una lonchera escolar.<sup>3</sup>

El presente estudio titulado” conocimientos sobre preparación de lonchera pre escolar a madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” de Huánuco – 2016”, tuvo como objetivo Determinar los conocimientos de las Madres sobre la preparación de loncheras pre escolares de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” - Huánuco – 2016 para saber cuánto es el porcentaje de Madres que conocen o desconocen en cuanto a la preparación de una lonchera pre escolar.

En primer capítulo se abordó el problema, los objetivos, tanto general como específicos, el propósito, la justificación e importancia de la



investigación, la hipótesis generales y específicas, las variables y su operacionalización.

En el segundo capítulo se presenta el marco teórico, el cual incluye los antecedentes de investigación, las bases teóricas y las bases conceptuales de las variables implicadas.

En el tercer capítulo se expone el marco metodológico de la investigación el cual está compuesto de las siguientes partes: tipo de estudio, diseño, método de estudio, población, muestra, instrumentos de recolección de datos, análisis e interpretación de los datos y las consideraciones éticas.

Así mismo en el cuarto capítulo se presentan los resultados de la investigación los descriptivos como los inferenciales son su respectivo análisis e interpretación.

Por ultimo en el quinto capítulo se presenta la discusión de los resultados, conclusiones, recomendaciones, las referencias bibliográficas y los anexos.

La autora.

## INDICE GENERAL DEL CONTENIDO

<b>CAPÍTULO I .....</b>	<b>1</b>
<b>1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACION .....</b>	<b>1</b>
1.1. DESCRIPCION DEL PROBLEMA: .....	1
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA .....	3
1.2.1. Problema general: .....	3
1.2.2. Problemas específicos: .....	4
1.3. OBJETIVOS: .....	4
1.3.1. Objetivo general: .....	4
1.3.2. Objetivo específico: .....	4
1.4. HIPÓTESIS.....	4
1.5. VARIABLES.....	6
1.6. OPERACIONALIZACION DE VARIABLES .....	7
1.7. JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA .....	8
1.7.1. A nivel teórico: .....	8
1.7.2. A nivel práctico: .....	8
1.7.3. A nivel metodológico .....	8
<b>CAPÍTULO II .....</b>	<b>9</b>
<b>2. MARCO TEORICO .....</b>	<b>9</b>
2.1. ANTECEDENTES DE INVESTIGACIÓN .....	9
2.2. BASES TEÓRICAS .....	13
2.2.1 Modelo de la promoción de la salud:.....	13
2.3. BASES CONCEPTUALES.....	15
2.3.1. Concepto de conocimientos: .....	15
2.3.2 Concepto de lonchera escolar: .....	15
2.3.2.1 Preparación de la lonchera.....	16
2.3.2.2 Tipos de alimentos:.....	16
2.3.2.3 Higienización: .....	17
<b>CAPÍTULO III .....</b>	<b>26</b>
<b>3. METODOLOGIA.....</b>	<b>26</b>
3.1. TIPO DE ESTUDIO .....	26

3.2. DISEÑO DEL ESTUDIO: .....	26
3.3. POBLACIÓN: .....	26
3.3.1. Criterios de inclusión y exclusión.....	27
3.3.2. Ubicación de la población en espacio y tiempo.....	27
3.4 MUESTRA Y MUESTREO .....	27
3.4.1. Unidad de análisis:.....	27
3.4.2. Unidad de muestreo:.....	28
3.4.3. Marco muestral:.....	28
3.4.4 Tamaño de la muestra: .....	28
3.4.5 Tipo de muestreo: .....	28
3.5 MÉTODOS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS .....	28
3.5.1. Validez y confiabilidad de los instrumentos .....	29
3.6. PROCEDIMIENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS .....	32
3.7. ELABORACIÓN DE LOS DATOS .....	33
3.8. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS .....	33
3.8.1 Análisis Descriptivo. ....	33
3.8.2 Análisis Inferencial.....	33
3.9. ASPECTOS ÉTICOS DE LA INVESTIGACIÓN .....	34
 CAPITULO IV .....	 35
4. RESULTADOS .....	35
4.1 ANALISIS DESCRIPTIVOS:.....	35
4.2. ANALISIS INFERENCIAL .....	42
 CAPITULO V .....	 46
5. DISCUSION.....	46
5.1. DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS.....	46
5.2 CONCLUSIONES .....	49
5.3 RECOMENDACIONES .....	50
 REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS: .....	 51
ANEXOS .....	59

## ÍNDICE DE TABLAS

		Pág.
<b>Tabla 1.</b>	Edad en años de Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” de Huánuco 2016.	35
<b>Tabla 2.</b>	Grado de instrucción de las Madres de la Institución Educativa Inicial N°003 Laurita Vicuña Pino” Hco.	36
<b>Tabla 3.</b>	Lugar de procedencia de las Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” - Huánuco 2016.	37
<b>Tabla 4.</b>	Conocimiento sobre la preparación de lonchera pre escolar en Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” – Hco.	38
<b>Tabla 5.</b>	Conocimientos sobre los tipos de alimentos en cuanto a la loncheras pre escolares a Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” -Huánuco 2016.	39
<b>Tabla 6.</b>	Conocimiento sobre la higienización en cuanto a la preparación de lonchera pre escolar a Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial.	40

	Conocimiento en general sobre la preparación de lonchera pre escolar a Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” - Huánuco 2016.	41
<b>Tabla 7.</b>		
	Contraste de los conocimientos sobre la preparación de lonchera pre escolar a Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” - Huánuco 2016.	42
<b>Tabla 8.</b>		
	Contrastación de los conocimientos sobre los tipos de alimentos en cuanto a la preparación de la lonchera pre escolar a Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” – Hco.	43
<b>Tabla 9</b>		
	Contrastación de los conocimientos sobre higienización en cuanto a la preparación de lonchera pre escolar a Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” Hco.	44
<b>Tabla 10.</b>		
	Contrastación de los conocimientos generales sobre la preparación de lonchera pre escolar a Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Publica “003 Laurita Vicuña Pino” Huánuco 2016.	45
<b>Tabla 11.</b>		

## ÍNDICE DE ANEXOS

	<b>Pág.</b>
Anexo 1. CUESTIONARIO DE CONOCIMIENTO PREPARACION DE LONCHERAS PRE ESCOLARES A MADRES.	60
Anexo 2. CONSTANCIA DE VALIDACIÓN PARA JUECES SOBRE EL INSTRUMENTO OBJETO DE EVALUACION.	63
Anexo 3 CONSENTIMIENTO INFORMADO.	64
Anexo 4 MATRIZ DE CONSISTENCIA	66

## **CAPÍTULO I**

### **1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACION**

#### **1.1. DESCRIPCION DEL PROBLEMA:**

La Desnutrición Infantil es frecuente en todo el Mundo. En el año 2016 alrededor de 178 millones de niños tienen desnutrición crónica así mismo hay gran cantidad de mortalidad infantil<sup>4</sup>.

Según la Organización Mundial de la Salud en el 2015 se propuso la lucha contra la desnutrición crónica y en cuanto a la alimentación excesiva, la cual estos 2 problemas traen consecuencias como enfermedades y que conllevan a la muerte; los más afectados con estos problemas son los niños que a Nivel Mundial contribuye cerca de un tercio de todas las muertes infantiles<sup>5</sup>.

Por otra parte la Organización Panamericana de la Salud (OPS), ha advertido que los casos de obesidad infantil y anemia han aumentado debido a la malnutrición, problemas que se consideran un desafío que debe enfrentar el Perú.<sup>6</sup>

Por otro lado el Instituto Nacional de Salud (INS); La lonchera escolar en la mayoría de las Instituciones Educativas, sobre todo en aquellas donde se brinda educación pre escolar, está Constituida por una alimentación comercialista en donde se encuentran; chocolates, frituras, gaseosa , galletas, etc. que no hace más que llamarse “lonchera chatarra” y que esto genera malos hábitos alimenticios en los menores, la cual conlleva a contraer enfermedades no transmisibles como la hipertensión, obesidad, diabetes y otras como la caries<sup>7</sup>.

En cuanto el Centro Nacional de Alimentación y Nutrición( CENAN) y del Instituto Nacional de Salud (Ministerio de Salud, 2013) advierte en la última encuesta de salud escolar que los niños que consumen loncheras no saludables vienen consumiendo diariamente 75 gr de azúcar, que es igual a 15 cucharaditas de azúcar: “si un niño consume una galleta con relleno dulce y (3 cucharaditas de azúcar) y una gaseosa personal de 500ml (12 cucharaditas azúcar) está superando los niveles máximos permitidos de azúcar al día” la cual conllevaría a una obesidad o diabetes posteriormente<sup>8</sup>.

Así mismo la Organización Mundial de la Salud en el 2012 la desnutrición de los niños es consecuencia del desequilibrio de los alimentos entre los aportes y requerimientos nutricionales. La cual afecta al desarrollo corporal del niño así disminuyendo sus tallas como el peso y la estatura para su edad<sup>9</sup>.

Por ello obteniendo los datos de tan relevancia como los problemas de alimentación e higienización, como problemática de mi estudio, se detalla mediante varios antecedentes como la OMS y demás entes trataremos e identificaremos la forma de combatir la desnutrición, ya que ahora se convirtió en un problema a nivel Mundial.

Según los Lineamientos de Gestión de la Estrategia Sanitaria de Alimentos y Nutrición Saludable. Existen suficientes evidencias que demuestran que la desnutrición en las niñas y niños menores de cinco años tienen un impacto negativo durante todo su ciclo de vida. Siendo así un problema más importante de la población infantil en el Perú elevando las estadísticas de morbilidad y/o mortalidad infantil<sup>10</sup>.



Según Rodríguez. La lonchera debe considerarse como un importante medio hacia la buena nutrición de los niños y no portador de alimentos o productos que solo ayudan a distraer el hambre, La cual al ingerir el alimento este tiene que tener una función de nutrición en nuestro organismo<sup>11</sup>.

Según Alvarado más del 50% desconoce la falta de conocimientos de las Madres en cuanto a la preparación de loncheras para sus hijos y 73% desconoce los alimentos energéticos, el 63% desconoce sobre alimentos constructores y el 58% desconoce sobre alimentos reguladores<sup>12</sup>.

Según Saavedra, Dávila, Li- Loo, Alva 94.2% tuvieron alimentos empacados, la cual son opción rápida y fácil, pero no debe ser necesario ya que estos alimentos no es la dieta saludable para los niños ya que estos productos tienen una influencia en el rendimiento académico la cual es necesario concientizar a las Madres<sup>13</sup>.

De acuerdo a lo encontrado, manifestamos que el problema está en casa, ya que ahí se preparan los alimentos, motivo por el cual el estudio será el conocimiento de las Madres de niños en edad pre escolar, sabiendo que actualmente el problema es a nivel mundial, trataremos de identificar sus causas que conlleva que niños tengan la desnutrición, datos que se encontró que en Huánuco si existen niños desnutridos.

## **1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

### **1.2.1. Problema General:**

Se propone la siguiente interrogante: ¿Cuáles son los conocimientos sobre preparación de lonchera pre escolar en Madres de Nivel Inicial de una Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” - Huánuco 2016?

### **1.2.2. Problemas Específicos:**

- ¿Cuál es el conocimiento sobre la elaboración de lonchera pre escolar en Madres de Nivel Inicial en la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” - Huánuco 2016?
- ¿Cuál es el conocimiento sobre tipo de alimentos utilizados en la preparación de la loncheras pre escolar en Madres de Nivel Inicial en Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” - Huánuco 2016?
- ¿Cuál es el conocimiento sobre Higienización en la preparación de lonchera pre escolar en Madres de Nivel Inicial en la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” - Huánuco 2016?

### **1.3. OBJETIVOS:**

#### **1.3.1. Objetivo General:**

- Determinar los conocimientos sobre preparación de loncheras pre escolares en Madres de Nivel Inicial en la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” de la Ciudad de Huánuco 2016.

#### **1.3.2. Objetivo Específico:**

- Identificar el conocimiento sobre la elaboración de loncheras pre escolares en Madres de Nivel Inicial en la Institución Educativa Inicial N°003 Laurita Vicuña Pino” - Huánuco 2016.
- Evaluar el conocimiento sobre tipo de alimentos utilizados en la preparación de la loncheras pre escolares en Madres de Nivel Inicial en la Institución Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” - Huánuco 2016.

- Valorar el conocimientos sobre higienización en la preparación de la loncheras pre escolares en Madres de Nivel Inicial en la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” - Huánuco 2016.

#### **1.4. HIPÓTESIS**

##### **1.4.1. Hipótesis General:**

La presente investigación responde a un diseño descriptivo de tipo transversal, por lo que carece de hipótesis general, pero puede generar hipótesis descriptivas que conduzcan a estudios de otro nivel.

##### **1.4.2 Hipótesis descriptivas:**

- **Ha1:** Las Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” - Huánuco 2016, conocen sobre la elaboración de loncheras pre escolares.
- **Ho1:** Las Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” - Huánuco 2016, no conocen sobre la elaboración de loncheras pre escolar.
- **Ha2:** Las Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” - Huánuco 2016, conocen sobre los tipos de alimentos en la preparación de loncheras pre escolar.
- **Ho2.** Las Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” - Huánuco 2016, no conocen sobre los tipos de alimentos en la preparación de loncheras pre escolares.

- **Ha3.** Las Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” - Huánuco 2016, conocen sobre higienización de alimentos en la preparación de loncheras pre escolar.
- **Ho3:** Las Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” - Huánuco 2016, no conocen sobre higienización de alimentos en la preparación de loncheras pre escolar.

## **1.5. VARIABLES**

### **Variable principal:**

Conocimiento sobre preparación de lonchera pre escolar.

### **Variables de caracterización:**

Edad.

Instrucción.

Procedencia.

## 1.6. OPERACIONALIZACION DE VARIABLES

VARIABLE	DIMENSION	INDICADOR	VALOR FINAL	ESCALA
<b>VARIABLE DEPENDIENTE</b>				
Conocimiento	Elaboración	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Importancia.</li> <li>• Contenido.</li> <li>• Combinaciones de alimentos.</li> </ul>	Conoce Desconoce	Nominal
	Tipos de Alimentos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Según su función</li> <li>• Según su origen</li> <li>• Según su composición</li> </ul>	Conoce Desconoce	Nominal
	Higienización	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Higienización de alimentos.</li> <li>• Higiene del personal.</li> <li>• Limpieza.</li> <li>• Inocuidad.</li> <li>• Practicidad.</li> </ul>	Conoce Desconoce	Nominal

VARIABLE DE CARACTERIZACION				
Edad	Única	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En años</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En años</li> </ul>	Ordinal
Instrucción	Única	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Primaria completa</li> <li>• Secundaria completa.</li> <li>• Secundaria incompleta.</li> <li>• Superior completa</li> <li>• Superior incompleta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Primaria completa.</li> <li>• Secundaria completa.</li> <li>• Secundaria incompleta.</li> <li>• Superior completa</li> <li>• Superior incompleta.</li> </ul>	Ordinal
Procedencia	Única	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rural</li> <li>• Urbano</li> <li>• Periurbano</li> <li>• Urbano marginal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• rural</li> <li>• urbano</li> <li>• periurbano</li> <li>• urbano marginal</li> </ul>	Nominal

## 1.7. JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA

### 1.7.1. A nivel teórico:

En la actualidad vemos índices muy altos a Nivel Mundial de casos de Desnutrición Infantil como así mismo bajo rendimiento pre escolar, retraso en el crecimiento, etc. Todo estos problemas son debido a que las Madres no tienen conocimientos de cómo preparar, elegir los tipos de alimentos y la higiene para preparar una lonchera escolar, por lo tanto esta investigación está diseñada en

saber si tiene conocimiento o no las madres sobre una preparación de lonchera escolar respecto a los tipos de alimentos y a la higiene adecuada para niños y niñas de Nivel Inicial que así mismo nuestros resultados sirven para revisar, desarrollar o apoyar conceptos en futuros estudios, los cuales darán información valiosas en busca de una solución a la problemática en estudio.

#### **1.7.2. A nivel Práctico:**

A nivel práctico el estudio contribuye a mostrar hallazgos sobre la situación actual sobre el conocimiento de las Madres de Nivel Inicial en la preparación de una lonchera pre escolar, motivo por el cual podría ser perjudicial para el preescolar, llevando a una desnutrición infantil debido muchas veces al desconocimiento y poco interés de las madres, la cual obteniendo datos se diseñaran estrategias para solucionar el problema.

#### **1.7.3. A nivel metodológico**

El estudio ayuda a validar y adaptar los instrumentos de recolección de datos sobre la variable de conocimiento de lonchera pre escolar. Utilizando la línea de investigación de Promoción de la Salud, ya que con ella trataremos de mejorar y encontrar falencias en la preparación de una lonchera pre escolar.

De igual manera, ayudara al diseño de un muestreo adecuado y a la mejora en la forma de recolectar nuestros datos sin sesgos.

## **CAPÍTULO II**

### **2. MARCO TEORICO**

#### **2.1. ANTECEDENTES DE INVESTIGACIÓN**

Dentro de los antecedentes, se consideraran los siguientes:

##### **A nivel internacional:**

En Ecuador, en el 2012 Arauz<sup>14</sup> realizo el estudio sobre, “Relación entre los conocimientos actitudes y prácticas alimentarias sobre el desayuno, lonchera y almuerzo, de las Madres de los niños preescolares de 2-5 años que asisten al Centro Municipal de Educación Inicial Mundo Infantil y su estado nutricional durante el segundo semestre del periodo escolar 2012-2013.” Para esto, realizaron un estudio observacional, transversal; estudió a 111 Madres. Utilizaron una encuesta dirigida a las Madres con el objetivo de identificar conocimientos, actitudes y prácticas alimentarias de ellas hacia sus hijos. Los resultados mostraron que los conocimientos alimentarios de las madres no se relacionan con el estado nutricional de los hijos; mientras que las actitudes y prácticas alimentarias de las Madres como, preparación de la alimentación ( $p=0,000$ ), decisión alimentaria ( $p=0,000$ ), si el preescolar desayuna ( $p=0,000$ ), quien prepara el desayuno ( $p=0,004$ ), quien decide la lonchera ( $p=0,001$ ), frecuencia de consumo de cereales y derivados ( $p=0,006$ ) se relacionan con el indicador P/E.

##### **A nivel nacional:**

En Lima, en el 2012, Alvarado<sup>15</sup>, realizo un estudio de investigación; “Conocimiento de las Madres de niños en edad preescolar sobre preparación de



loncheras saludables en la Institución Educativa 115- 24 Semillitas del Saber”, Cesar Vallejo – 2012” en el cual aplicaron el instrumento tipo cuestionario y la muestra fue de 60 Madres. En general, los resultados mostraron que del 100%(60), 57%(34) desconoce sobre la preparación de loncheras saludables y 43%(26) conoce. Según sus dimensiones 73% (27) desconoce los alimentos energéticos y 27%(16) conoce; 63% (38) desconoce los alimentos constructores y 37% (22) conoce; 58%(35) desconoce los alimentos reguladores y 42% (25) conoce.

En Lima en el 2011, Peña<sup>16</sup>, realizó un estudio sobre; “conocimientos en las Madres de niños en edad preescolar sobre la preparación de loncheras saludables en una Institución Educativa Inicial “San Martin de Porres del Distrito de Lima Cercado – 2013” el instrumento que aplicaron fue entrevista y el cuestionario en una muestra de 28 de Madres. En general los resultados fueron que del 100%(28 Madres), 45% (11) conocen sobre la preparación de la lonchera y el 55% (17) desconocen sobre la preparación de lonchera.

En Lima, en el 2010, Mamani<sup>17</sup>, realizó un estudio de investigación: “Conocimientos y prácticas de padres de niños preescolares sobre el contenido de la lonchera” en una Institución Educativa N° 326 “María Montessori”, Comas, donde aplicaron una encuesta y una lista de chequeo y para la cual utilizaron la muestra de 58 padres (mamá y papá). En general, los resultados mostraron un aumento significativo en los conocimientos y una mejoría en las prácticas, de los padres de familia, con respecto al contenido de la lonchera. Es así que; con respecto a los conocimientos estos se incrementaron en el 93,1% (54) de los padres participantes y referente a las prácticas estas mejoraron en el 91.4%.

En Lima, en el 2010, Canales<sup>18</sup>, realizo un estudio sobre; “Conocimientos de las Madres de niños pre escolares de una Institución Educativa San José el Agustino”, para ello se utilizó el instrumento en la población de 200 Madres y una muestra de 59 madres. Los resultados fueron que de 59 Madres (100%); antes de la aplicación de la sesión educativa, 55 Madres (93.22%) presentaron un nivel de conocimientos bajo, 3 madres (5.08%) un nivel medio y 1 madre (1.70%) un nivel alto.

En Lima, en el 2012, Alvarado<sup>19</sup>, realizo un estudio sobre; “Conocimiento de las Madres de niños en edad preescolar sobre preparación de loncheras saludables en la Institución Educativa 115- 24 Semillitas del Saber”, Cesar Vallejo – 2012” en el cual aplicaron el instrumento tipo cuestionario y la muestra fue de 60 madres. En general, los resultados mostraron que del 100%(60), 57%(34) desconoce sobre la preparación de loncheras saludables y 43%(26) conoce. Según sus dimensiones 73% (27) desconoce los alimentos energéticos y 27%(16) conoce; 63% (38) desconoce los alimentos constructores y 37% (22) conoce; 58%(35) desconoce los alimentos reguladores y 42% (25) conoce.

En Lima en el 2011, Peña<sup>20</sup>, realizo un estudio sobre; “conocimientos en las Madres de Niños en edad preescolar sobre la preparación de loncheras saludables en una Institución Educativa Inicial “San Martin de Porres del Distrito de Lima Cercado – 2013” el instrumento que aplicaron fue entrevista y el cuestionario en una muestra de 28 de Madres. En general los resultados fueron que del 100%(28 Madres), 45% (11) conocen sobre la preparación de la lonchera y el 55% (17) desconocen sobre la preparación de lonchera.

En Lima en el 2010, Requena<sup>21</sup>, realizó el estudio “Conocimiento y Prácticas que tienen las Madres sobre el contenido de la lonchera de una Institución Educativa N° 524 Nuestra Señora de La Esperanza”, en la cual aplicó el instrumento cuestionario, la Población fue de 150 Madres. En general los resultados fueron que del 100% (150) de Madres, 38% (57) tienen conocimiento medio; 36% (54) bajo y 26% (49) alto. En cuanto a las prácticas 76.7% (115) tiene prácticas inadecuadas y 23.3% (35) adecuadas.

#### **A nivel local:**

En Huánuco en el 2012, Montalvo, Rojas y Sama<sup>22</sup>, realizaron el estudio Conocimiento y prácticas que tienen las madres sobre el contenido de la lonchera y su relación con el estado nutricional del preescolar de la I.E San Pedro, el instrumento utilizado fue el cuestionario mediante una encuesta y una ficha de evaluación nutricional, datos obtenidos de una población de 50 Madres. En la parte estadística encontraron los resultados que el 100 % de Madres, 45,8% tienen conocimiento medio; 39,6% alto y 14,6% alto. En cuanto a las prácticas 85,4% tiene prácticas no adecuadas y 14,6% adecuadas.

### **2.2. Bases teóricas que sustenta en el estudio:**

En relación a las bases teóricas que sustenta el tema de estudio, se tendrá en cuenta en el siguiente modelo:

#### **2.2.1 Modelo de la Promoción de la Salud:**

Según Nola J. Pender<sup>23</sup>, desde una perspectiva holística y psicosocial de la Enfermería, y el aprendizaje de la teoría como base para el Modelo de la Promoción de la Salud, identifica los factores cognitivos y perceptuales como los principales determinantes de la conducta de promoción de la salud, basado a

través de la identificación de la importancia de la Salud, control percibido de la salud, auto eficacia percibida, definición de la Salud, estado de Salud percibido, beneficios percibidos de las conductas promotoras de salud, y barreras percibidas de las conductas promotoras de Salud, las cuales promueven el compromiso de las conductas de salud. El Modelo de Promoción de la Salud aporta una solución Enfermera a la Política Sanitaria y la reforma de política de salud ofreciendo un medio para comprender como los consumidores pueden verse motivados para alcanzar su Salud Personal. Este modelo se relaciona a nuestro estudio ya que nos brinda beneficios a seguir teniendo en cuenta las conductas promotoras de la salud, promoviendo una buena alimentación con apoyo y motivación del personal de salud.

Según Martha Rogers<sup>23</sup>, El fin de la teoría es promover y procurar una interacción del ser humano con su entorno, y como función de la ciencia humanitaria; sus actividades irán encaminadas al mantenimiento y Promoción de la Salud, prevención de enfermedades; de la misma manera la Enfermera debe conseguir al máximo su potencial de Salud por ello siempre está ligado con el hombre, grupo y entorno le describe como un campo de energía irreductible, pertenecientes el uno al otro en plena evolución y como un dicho campo puede verse afectado por diversos factores así creando de esta interacción del hombre un ser unitario. Esto va influir en la Salud de la persona, familia, y sus percepciones, así como también va influir a los profesionales.

Por otro lado el Modelo de la Promoción de la Salud como estrategia fomenta los estilos de vida saludables para mejorar la calidad de vida, y así mismo es un proceso en la cual capacita a las personas para que aumenten el control de

su Salud y para que mejoren y así alcanzar un nivel adecuado de bienestar físico, mental y social de cada ser humano<sup>22</sup>.

## **2.3. BASES CONCEPTUALES.**

### **2.3.1. Concepto de conocimientos:**

Según Tarazona<sup>23</sup>, el conocimiento viene a ser un conjunto de informaciones que posee un ser vivo como producto de las experiencias ya pasadas.

Así mismo Peña<sup>24</sup>, es un conjunto de datos hechos verdaderos o de información, a través de la experiencia. El conocimiento es una aparición de múltiples datos interrelacionados que por sí solos poseen menor valor.

Chavez<sup>25</sup>, el conocimiento es un proceso de virtud en el cual la realidad se refleja y se reproduce en el pensamiento; dicho proceso está condicionado a la actividad práctica y por el proceso devenir social.

Bunge<sup>26</sup>, define al conocimiento como un conjunto de ideas, conceptos, enunciados que pueden ser claros y precisos, ordenados, vagos e inexactos, calificándolos en conocimiento científico, ordinario o vulgar.

### **2.3.2 Concepto de Lonchera Escolar:**

Según Reyes<sup>27</sup>, Es un conjunto de alimentos que tiene por finalidad proveer a los preescolares la energía y nutrientes necesarios para: cubrir sus recomendaciones nutricionales, mantener adecuados niveles de desempeño físico e intelectual y desarrollar sus potencialidades en la etapa de desarrollo y crecimiento correspondiente.

Según Chavez<sup>28</sup>, La lonchera escolar es muy importante y necesaria para los Niños en la etapa escolar, la cual repone muchas energías gastadas durante

las actividades del niño o niña durante las primeras horas así asegurando un rendimiento adecuado en sus actividades.

### **2.3.2.1 Preparación de la Lonchera**

De acuerdo a Peña<sup>29</sup>, El alimento sólido puede ser: pan con mantequilla, mermelada, huevo, queso, tortilla, camote; huevo de preferencia duro y con cáscara, porque si se pela despiden olor desagradable en recipientes cerrados; carnes de preferencia asadas o hervidas. El pescado no es adecuado porque acumula un fuerte olor, no obstante se puede usar atún.

Así mismo el Ministerio de Salud<sup>30</sup>, La lonchera escolar son importantes y necesarias para los niños en la etapa escolar, repone las energías gastadas en las actividades estudiantiles de las primeras horas; asegurando así un rendimiento óptimo en el Centro Educativo.

Según Requena<sup>31</sup>, La lonchera es "Cajita portadora de alimentos que contribuyen a que el niño mantenga una dieta balanceada y realmente nutritiva. Debe contener alimentos energéticos, reguladores y constructores. Sus funciones son mantener suficientes reservas de nutrientes durante el día escolar, suministrar alimentos nutritivos que al pequeño le gusten y crear hábitos saludables.

### **2.3.2.2 Tipos de alimentos:**

Según Reyes<sup>32</sup>, Toda lonchera escolar debe contener un alimento de cada grupo (Energético, constructor y regulador); es muy importante saber combinar cada uno de los alimentos para que la lonchera resulte atractiva y sea consumida en su totalidad se debe tener en cuenta el tamaño de la porción de cada alimento, según la edad y nivel de actividad física del escolar.

### 2.3.2.3 Higienización:

Según Muñoz<sup>33</sup>, Las condiciones actuales de la vida requieren consumir gran parte de nuestros alimentos en lugares ajenos a nuestro hogar; por lo que el riesgo de adquirir alimentos descompuestos o contaminados por una mala manipulación.

Una buena higiene y manipulación de alimentos tiene gran importancia debido a la posibilidad de evitar la transmisión de enfermedades alimentarias como la hepatitis y la fiebre tifoidea; que continúan afectando año a año una parte de la población chilena; situación que se agrava en las épocas de calor.<sup>34</sup>

#### a) preparación de loncheras

- **importancia:** Cada alimento que es mandado a los niños de edad pre escolar deben estar sujetas a una buena higiene y la variedad de estas deben consignar entre carbohidratos, proteínas y minerales, sustento con el cual el niño estará despierto y atento durante clases.
- **Contenido de la Lonchera Escolar:**

Las loncheras escolares contienen entre 250 a 300 calorías, pero no reemplazan al desayuno ni al almuerzo, ni comida diaria.

Esta cantidad de calorías está de acuerdo con la edad, estatura y actividad física del Niño<sup>35</sup>.

#### **Variedad de alimentos:**

Uno de los métodos más efectivos para promover el consumo de alimentos saludables y nutritivos es la creatividad y variedad en las presentaciones enviadas, tanto en colores, como texturas y combinaciones. Por ello, la lonchera debe ser planificada con tiempo para tener todos los alimentos adecuados a nuestro

alcance y lograr enviar una lonchera saludable.

### **Cantidad y Frecuencia:**

En cuanto a la preparación de loncheras para un niño de Inicial, está relacionada a la cantidad de alimentos de acuerdo a su edad, respetando las tres comidas diarias el niño pre escolar deberá ingerir una en media y ,mañana. Haciendo un total entre 4 a 5 comidas diarias.

### **Combinaciones de Alimentos:**

Para tener una alimentación saludable es necesario combinar adecuadamente los alimentos, considerando la incorporación de alimentos propios de la zona. A continuación detallamos algunos ejemplos para el desayuno, almuerzo y cena<sup>36</sup>.

- Pan con pollo, yogurt y manzana.
- Pan con queso, agua de manzana y mandarina.
- Pan con pollo, leche y uvas.
- Pan con hígado frito, leche y naranja.
- Pan con tortilla de huevo, leche y plátano.

### **Bebida:**

Se deberá incluir agua o toda preparación natural como los refrescos de frutas (refresco de manzana, de piña, de maracuyá, limonada, naranjada, etc.), cocimiento de cereales (cebada, avena, quinua, etc.), infusiones (manzanilla, anís, etc., excepto té); adicionando poco o nada de azúcar<sup>37</sup>.

#### **b) Tipos de alimentos**

- **Según su función:**



**Alimentos energéticos:**

Aportan la energía que los niños necesitan. Dentro de este grupo se encuentran cereales, tubérculos, granos integrales y grasas en general. Haciendo la salvedad de la importancia de los carbohidratos complejos constituidos por la fibra.

**Carbohidratos:**

Solo se requieren 50 gramos diarios de carbohidratos para prevenir la cetosis. Sin embargo los carbohidratos contribuyen con más de la mitad de la energía de la dieta. Teniendo en cuenta las recomendaciones de proteína y grasas, por diferencia tenemos que los carbohidratos deben proporcionar entre el 60% y el 70% del total de la energía consumida.

A continuación vamos a discutir brevemente el consumo de algunos tipos de carbohidratos.

**Sacarosa**

La sacarosa o azúcar corriente es uno de los carbohidratos más abundante en las dietas. Es hidrolizado en el intestino hacia dos 34 monosacáridos (glucosa y fructosa) que se absorben fácilmente. Siendo una fuente concentrada y barata de energía no es sorprendente que constituya una parte importante de la dieta diaria. Sin embargo hay que tener en cuenta que no proporciona otros nutrientes, tan solo calorías.

**Lactosa**

La lactosa es el azúcar de la leche. Por acción de la enzima lactasa en la luz intestinal, se desdobra en glucosa y galactosa. Es el carbohidrato principal en la dieta de los lactantes. La leche además provee proteína de alto valor biológico, calcio y muchos otros nutrientes.

En América Latina, así como en otras partes del mundo, la mayoría de niños comienzan a presentar una reducción de la lactasa a partir de la edad preescolar. Esto determina que una parte de la lactosa no digerida alcance el colon donde por acción de la flora microbiana se fermenta produciendo gas y a veces síntomas como flatulencia, dolor abdominal o diarrea. Sin embargo que señalar que la mayor parte de los niños toleran cantidades moderadas de leche (que proveen entre 10 y 15 gramos de lactosa) y por lo tanto los programas que distribuyen gratuitamente leche son de utilidad para la mayoría de los niños.

### **Almidones y otros carbohidratos complejos**

Los almidones y dextrinas constituyen la fuente principal de energía en las dietas latinoamericanas. A diferencia de la sacarosa, los almidones no se consumen en forma pura sino como parte de preparaciones. Los cereales, raíces, tubérculos y algunas frutas son las fuentes principales de almidones y a su vez proveen otros importantes nutrientes. Por esto es preferible comer estos carbohidratos complejos antes que azúcares refinados. La cocción de los almidones aumenta considerablemente su volumen y limita la cantidad que se puede ingerir, especialmente en los niños pequeños.

### **Fibra**

La fibra dietaria se deriva de la pared celular y otras estructuras intercelulares de las plantas y se compone de polisacáridos complejos (celulosa, lignina), fenilpropanos y otros componentes orgánicos que no son digeridos en el intestino humano.

La fibra es esencial para un normal funcionamiento gastrointestinal y para la prevención de desórdenes como estreñimiento y diverticulitis del colon. Su ingesta

se ha asociado a un riesgo menor de diabetes, arteriosclerosis y cáncer de colon, aunque los datos epidemiológicos no son concluyentes. Se recomienda una ingesta de 8 a 10 gramos de fibra dietaría por cada 1000 kcal.

**Grasas:**

Las grasas proporcionan una fracción significativa de la energía consumida. Más importante aún, proveen ácidos grasos que no pueden ser sintetizados en el organismo.

Las principales fuentes visibles de grasa en las dietas son la mantequilla, margarina, aceites, mayonesa, cremas y manteca. Otras fuentes de grasa menos aparentes son las carnes, leche entera, quesos, nueces, maní y otras semillas oleaginosas. El pescado es una fuente de grasa potencialmente beneficiosa debido a que contiene ácidos grasos de la serie omega-3.

**Ácidos grasos esenciales**

La grasa dietaría debe proveer los ácidos grasos esenciales de la serie del ácido linoleico (omega-6) y la serie del ácido alfa-linoleico (omega-3), los cuales no pueden ser derivados uno de otro.

Se recomienda que entre el 10% y 20% de los ácidos grasos poli insaturados de la dieta sean de la serie omega-3. Esto puede ser satisfecho con alimentos que contengan ácido alfa-linoleico (aceite de soya) o sus derivados.

**Colesterol:**

El Colesterol forma parte de las membranas celulares y es precursor de varias hormonas. No necesita ser suplido en la dieta pues el organismo puede sintetizarlo completamente. Por lo tanto estrictamente no hay recomendaciones

nutricionales para este nutriente. Sin embargo su exceso es perjudicial para la Salud.

Las comidas más ricas en colesterol son las yemas de los huevos (200mg), mantequilla de origen animal, embutidos, crema de leche, mariscos y vísceras (el cerebro puede contener hasta 2000 mg por 100 gramos) 37

En niños se recomienda un consumo máximo de 300 mg al día lo que equivale a 1 a 1.5 huevos al día.

#### **-Alimentos constructores:**

Ayudan a la formación de tejidos y fluidos (sangre). En este grupo se ubican las proteínas de origen animal y vegetal, con mayor énfasis el consumo de proteínas de origen animal, por su mejor calidad nutricional y mejor utilización en el organismo en crecimiento

#### **Proteínas:**

De los 20 aminoácidos existentes, nueve no somos capaces de sintetizarlos en el organismo y se deben incluir en la dieta, como nutrientes esenciales. Al hacer las recomendaciones, ha de tenerse en consideración el que al menos el 40% de las proteínas sean de alto valor biológico, asegurando así su aporte.

#### **-Alimentos reguladores:**

Los alimentos reguladores son ricos en vitaminas y minerales. Las vitaminas participan en la formación de hormonas, células sanguíneas, sustancias químicas del sistema nervioso y material genético. Los minerales tienen una función similar a la de las vitaminas pero algunos, además, tienen una función plástica, ya que forman parte de la estructura de algunos tejidos como el óseo formando parte de los huesos.

Proporcionan las defensas que los niños necesitan para enfrentar las enfermedades. Ej.: Frutas (naranja, manzana, pera, etc.) y verduras (zanahoria, lechuga, brócoli, etc.)<sup>38</sup>

- **Según su origen:**

- Origen Animal:**

**Huevos:** Tradicionalmente, en la alimentación humana se han utilizado sobre todo los huevos de gallina y, en menor medida los huevos de otras aves como la codorniz. Su valor nutritivo es muy importante. Hoy en día, el huevo es en los países desarrollados el alimento que, posiblemente, presenta una relación más favorable calidad nutritiva/precio. En los últimos años, el huevo se ha menospreciado frecuentemente por la creencia de que favorecía la aparición de trastornos de los lípidos sanguíneos y de alteraciones cardiovasculares, lo cual es inexacto.

**Carnes:** Es un alimento considerado socialmente “de lujo” por lo que su consumo, y en general el de todos los productos de origen animal, va muy ligado al poder adquisitivo. En nuestra sociedad, las carnes más habitualmente consumidas son las de vacuno, ave y porcino.

**Pescado:** este alimento lo que realmente produce es poca saciedad y se digiere fácilmente, siendo un alimento comparable a la carne con la ventaja de contener poca grasa normalmente, esta es una grasa considerada como beneficiosa para la salud son ácidos grasos poliinsaturados del tipo omega3.

- **Origen Vegetal:**

**Verduras y hortalizas:** Su ingesta es imprescindible en la alimentación cotidiana. Tiene valores proteicos y lipídicos escasos (tienen muy bajo valor energético) con

un aporte muy valioso de numerosas vitaminas y minerales. Son usualmente la fuente de fibra más accesible y agradable

**Legumbres:** Alimentos vegetales muy completos hay deficiencia en algunos aminoácidos, durante siglos han sido la base de la dieta en los países europeos

**Frutas:** Además de ser el postre por excelencia, el consumo regular de fruta representa en nuestra alimentación un pilar del equilibrio dietético y la seguridad de un aporte correcto de determinadas vitaminas.

**Cereales:** Junto con las legumbres han sido las base de la alimentación europea durante siglos, especialmente el trigo. También los cereales han sido básicos en el continente americano (el maíz) y en Oriente (el arroz).

**- Mineral:**

Sustancias inorgánicas imprescindibles para la reconstrucción estructural de los tejidos corporales, además de participar en procesos como la acción de los sistemas enzimáticos, contracción muscular, reacciones nerviosas y coagulación de la sangre (Sal y agua) <sup>39</sup>.

**c) Higiene de alimentos:**

Son todas las condiciones y medidas necesarias para garantizar la inocuidad y la aptitud de los alimentos en todas las fases de la cadena alimentaria.

Incluye cierto número de rutinas que deben realizarse al manipular los alimentos con el objetivo de prevenir daños potenciales a la Salud. Los alimentos pueden transmitir enfermedades de persona a persona así como ser un medio de crecimiento de ciertas bacterias (tanto en el exterior como en el interior del alimento) que pueden causar intoxicaciones alimentarias.

- **Higiene de la Madre:**

Las manos deben estar limpias en todo momento antes de la manipulación y tras parada o descanso. Para ello basta con lavar las manos con agua y jabón (nunca un desinfectante) y hacerlo sobre todo cuando se haya interrumpido el proceso de cocinado. Las uñas deben estar perfectamente limpias en todo momento.

- **Limpieza:**

Es para separar los contaminantes de los alimentos, la selección para elegir los alimentos en condiciones óptimas para el consumo de humano. La limpieza de los alimentos busca en esencia eliminar primero que todo, los contaminantes que constituyen un peligro para la Salud o que son estéticamente desagradables y por otra parte, el control de la carga microbiana y de las reacciones químicas y enzimáticas que afectan la eficacia de los procesos y calidad de las comidas.

**Inocuidad:**

Todos los Alimentos deberán de ser manipulados con higiene para que éstos no se constituyan como agentes contaminantes. Del mismo modo, los envases a utilizar deberán ser los más apropiados para no deteriorar el alimento. Evitar alimentos que puedan fermentarse o descomponerse o que requieran cortar o trozar para consumir y preferir frutas con cascara para evitar su oxidación.

- **Practicidad:**

La preparación de los alimentos debe ser rápida y sencilla, y los envases deben ser herméticos e higiénicos garantizando que sean fáciles de portar por los Niños<sup>41</sup>.

## **CAPÍTULO III**

### **3. METODOLOGIA**

#### **3.1. Tipo de Estudio:**

Según la intervención del investigador, el estudio fue observacional, debido a que no existe intervención del investigador.

Según la planificación de la toma de datos, la investigación fue prospectivo porque los datos necesarios para el estudio son recogidos a propósito de la investigación (primarios).

Según el número de ocasiones en que mide la variable de estudio, fue transversal, debido a que serán medidas en una sola ocasión.

Y, según el número de variables de interés, el estudio fue descriptivo, porque el análisis estadístico será univariado.

#### **3.2. Diseño del Estudio:**

Para efecto de la investigación se considerare el diseño descriptivo simple cuyo esquema es:

**M.....O**

**Dónde:**

**M=** Muestra

**O =** Observación de la variable en estudio

#### **3.3. Población:**

La presente investigación se contó con una población finita de 80 Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino”



Huánuco cuyo datos obtenidos son de la nómina de matrícula de los niños y niñas del año 2016.

### **3.3.1. Criterios de inclusión y exclusión**

**Criterios de inclusión:** se ha incluido en el estudio:

- Madres de niños matriculados que asisten a la Institución Educativa a dejar o recoger a sus Niños.
- Madres que acepten participar en el trabajo de investigación.
- Madres de Niños que asisten regularmente a su Centro de Estudios.
- Madres que sepan leer y escribir.

**Criterios de exclusión:** se ha excluido del estudio

- Madres que mandan a sus hijos irregularmente al Colegio.
- Madres que no aceptaron participar en el trabajo de investigación.
- Otro familiar que no sea su Madre

### **3.3.2. Ubicación de la población en espacio y tiempo**

- **Ubicación en el espacio:** El estudio se realizó en la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” Huánuco 2016 ubicado en el Jirón Progreso 610; Distrito, Provincia y Departamento de Huánuco.
- **Ubicación y tiempo:** la duración ha estado comprendida entre los meses de Abril hasta Diciembre 2016.

## **3.4 Muestra y muestreo**

### **3.4.1. Unidad de análisis:**

Madre de niños y niñas de Nivel Inicial

### **3.4.2. Unidad de muestreo:**

La unidad elegida fue igual que la unidad de análisis

### **3.4.3. Marco Muestral:**

Está conformado por una lista de niños y niñas de 3 años matriculados en la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” Huánuco 2016.

### **3.4.4 Tamaño de la muestra:**

Debido a la cantidad nuestra población muestral es de 80 Madres de niños y niñas de 03 años de Nivel Inicial la Institución Educativa N°003 “Laurita Vicuña Pino” Huánuco 2016.

### **3.4.5 Tipo de muestreo:**

En la presente investigación no se realizó ningún tipo de muestreo debido que la población es pequeña.

## **3.5 Métodos e instrumentos de recolección de datos**

### **a.- Método**

El método a utilizarse ha sido:

- La encuesta

### **b.- Instrumento**

Asimismo, el instrumento que se ha utilizado ha sido:

#### **a. Cuestionario de conocimiento.**

Estuvo compuesto de datos generales en relación a la Madre y el contenido propiamente dicho. El instrumento consta de 20 preguntas: 3 preguntas de datos generales, 6 preguntas sobre elaboración de la lonchera escolar, 6 preguntas sobre tipo de alimentos; y 5 preguntas sobre higienización cada una con opciones múltiples para marcar (Anexo 01). La cual permitió categorizar el conocimiento en

conocer y desconoce, utilizando técnica de percentiles, quedando de la siguiente manera.

- Conoce: 01 punto
- Desconoce: 0 puntos

El cuestionario de conocimientos de Lonchera escolar fue elaborado por Reyes<sup>42</sup>, se trata de un cuestionario validado sobre población de madres a su vez por las siguientes dimensiones: preparación de lonchera preescolar, tipo de alimentos e higienización; para ello este instrumento nos sirvo para ejecutar nuestro proyecto teniendo en cuenta que ya se encuentra validado y no fue modificado.

### **3.5.1. Validez y confiabilidad de los instrumentos**

La validez del instrumento se determinó mediante un juicio de expertos en la cual participaron 05 profesionales, los cuales fueron los siguientes:

#### **1. Lic. Mg. GLADYS LILIANA RODRÍGUEZ ACOSTA.**

De profesión Nutricionista ejerciendo actualmente en el Hospital Regional Hermilio Valdizan, realizo la validación del instrumento, brindando la corrección del instrumento por dimensiones el cual fue corregido, con respecto a algunas preguntas se modificó las tildes y la ortografía; ya habiendo culminado la Nutricionista lo reviso y me comento que está listo para ser aplicado.

#### **2. Lic. Mg. MARITA SALCEDO ZUÑIGA DE JAIME:**

De profesión Licenciada en Enfermería; actualmente es la Directora Ejecutiva Salud de las personas en la Institución DIRESA Huánuco. Me observo:

En el Ítem 1 observo la pregunta ¿Cuántos años tienes? Por ¿cuántos años tiene Ud.? Por qué debo dirigirme con respeto a la Madre.

En el ítem 6 me sugirió cambiar por otra pregunta debido a que no tenía relación con mi tema. Y teniendo en cuenta lo cambie por otra pregunta en relación a mi tema.

Habiendo obtenido toda la información para ser corregido, se tomó en consideración y fueron modificados.

### **3. Lic. Enf. ANA SUAREZ SALAS:**

De profesión Licenciada en Enfermería actualmente laborando como coordinadora de ACLAS-AISPED en el Ministerio de Salud; tome en consideración los aportes como evitar la redundancia, porque las preguntas deben estar claras y debe estar enfocada al objetivo del estudio.

En el ítem 7 observó que la pregunta no tiene sentido con el tema y que debe ser mejorada o en todo caso cambiado por otra pregunta. Habiendo obtenido toda la información para ser corregido, se tomó en consideración y fueron modificados.

### **4. Lic. Enf. DIANA PALMA LOZANO:**

De profesión Licenciada en Enfermería ejerciendo actualmente como docente en la Universidad de Huánuco.

En la corrección del instrumento la Licenciada observo que es necesario incluir en los criterios quien prepara los alimentos, ya que muchas veces la prepara la abuelita, la hermana y otros. Y en cuanto a los siguientes ítems observo:

En el ítem 2 sugiere aumentar más alternativas en cuanto a primaria incompleta, secundaria incompleta y superior incompleta, el cual fue tomado en cuenta la sugerencia de la Licenciada y eh aumentado en mis alternativas.

En el ítem 6 observo que hay modificar la pregunta aumentando usualmente el termino “o” en todo caso cambiarlo por otra pregunta, para ello tome la decisión de

modificarla por otra pregunta que se entienda mejor. En el ítem 16 debería mejorar las alternativas porque existen alimentos como galletas que no se pueden lavar sin embargo debido al tiempo no lo he cambiado y permanece igual el ítem.

#### **5. Lic. Enf. SILVIA ALVARADO RUEDA:**

De profesión Licenciada en Enfermería, actualmente docente en la Universidad de Huánuco.

La Licenciada observo que tengo que cambiar el modo de las preguntas o quitar algunas letras que están por demás.

El ítem 2 la Licenciada en cuanto a la pregunta y sugiere que aumente más alternativa como primaria incompleta, secundaria incompleta, superior incompleta para así recopilar información y adecuar a mi población, yo como investigadora tomare en cuenta la sugerencia de la Licenciada en aumentar mis alternativas.

El ítem 3 la Licenciada observo en cuanto a la expresión del Tu a la Madre y me pido para modificar mi forma de preguntar por qué tiene que ser con respeto yo como investigadora he tomado en cuenta y he cambiado por ¿cuál es su lugar de procedencia? Porque debe ser con respeto.

El ítem 4 la Licenciada observo en la forma de preguntar de ¿por qué es importante la lonchera en niños preescolares? A modificarlo por cree Ud. que es importante la lonchera en niños preescolares ¿porque? Pero yo como investigadora no tomare en cuenta y se quedara como estaba.

#### **6. Lic. Enf. ARMANDO NALVARTE LEIVA:**

De profesión Licenciado en Enfermería ejerciendo actualmente como docente de Enfermería en la Universidad de Huánuco. El Licenciado observo que debo mejorar los signos de puntuación, cambiar las preguntas que no tienen relevancia

y determinar los términos a utilizar en mi cuestionario de acuerdo a mi población.

En el ítem 10 el Licenciado observa y sugiere incluye a se debe incluir sin embargo como investigadora he permanecido con mi pregunta anterior.

En el ítem 19 el Licenciado observo en las alternativas que hay que mejorar con el tiempo adecuado y yo como investigadora he tomado en cuenta y lo he modificado mis alternativas.

### **3.6. Procedimientos de recolección de datos**

Para el estudio se realizó los siguientes procedimientos:

- Se solicitó el permiso a la Directora de la Institución Educativa N°003 “Laurita Vicuña Pino” Huánuco 2016, con la finalidad que nos brinde las facilidades para la recolección de datos.
- Se tuvo en cuenta un estudio de prueba piloto como estudio preliminar: resaltando aquí que los resultados son similares al informe final, ya que solo se trabajó con una cantidad mínima de 15, rescatando que esto no afecto a mi resultado en el plan piloto.
- Se consideró la validez del estudio mediante la validación cualitativa sobre todo mediante el juicio de expertos.
- Se solicitó de lista de relación de madres de los niños y niñas matriculados en la Institución Educativa N°003 “Laurita Vicuña Pino” de Huánuco 2016, Se ha procedido a la selección o muestreo a las madres en el estudio.
- . Se aplicó los instrumentos para la toma de datos durante la investigación, el día 20 de octubre del 2016, con un tiempo de media hora aproximadamente.
- Selección, cómputo, o tabulación y evaluación de datos.

- Se interpretó los datos según los resultados, confrontando con otros trabajos similares o con la base teórica disponible.
- Se ha procedido a identificar a muestra en estudio previa coordinación con ejecución del informe final.

### 3.7. Elaboración de los datos

Se consideró las siguientes fases:

- **Revisión de los datos.** Se examinó en forma crítica cada uno de los instrumentos de recolección de datos que se utilizaron y se hizo control de calidad a fin de hacer las correcciones necesarias.
- **Codificación de los datos.** Se realizó las codificaciones en la etapa de recolección de datos, transformándose en códigos numéricos de acuerdo a las respuestas esperadas en el instrumento de recolección de datos respectivos, según las variables de estudio.
- **Clasificación de los datos.** Se ejecutó de acuerdo a las variables de forma categórica, numérica y ordinal.
- **Presentación de datos.** Se presentó los datos en tablas académicas según las variables en estudio.

### 3.8. Análisis e interpretación de datos

#### 3.8.1 Análisis Descriptivo.

En el análisis descriptivo se utilizó los porcentajes y frecuencias.

#### 3.8.2 Análisis Inferencial.

En la comprobación de la hipótesis se utilizó la Prueba de Chi cuadrada para una sola muestra. En todo el procesamiento de los datos se utilizó el paquete

estadístico SPSS versión 22,0 para Windows. Por tal motivo la secuencia a seguir es la tabulación y la comparación de cuadros mediante pruebas estadísticas; ya que por medio de ellas se recolectara datos relevantes para nuestro estudio; y así lograremos mediante nuestra prueba de confiabilidad confirmar o negar nuestra hipótesis.

### **3.9. Aspectos éticos de la investigación**

En cuanto a las consideraciones éticas se tuvo en cuenta la custodia de los datos, las cuales solo serán utilizadas con fines para el estudio de investigación. También se tendrá en cuenta el consentimiento informado a cada Madre Asimismo, en el estudio se tuvieron en cuenta el cuidado de los principios básicos de la ética como la beneficencia, la no maleficencia, autonomía y la justicia.

**Beneficencia:** El presente estudio beneficiará al pre escolar para que más adelante las madres tengan conocimientos básicos sobre la correcta elaboración de la lonchera pre escolar y así mejorar su calidad de vida.

**No maleficencia:** se respetó este principio, porque no se ha puesto en riesgo la dignidad, ni los derechos y el bienestar de las Madres, ya que la información ha sido de carácter confidencial.

**Justicia:** se respetó este principio ya que se aplicó el consentimiento informado de carácter escrito y se ha solicitado en el momento de abordaje al participante en

**Autonomía:** Este estudio ha respetado las decisiones de las Madres de participar o no en la muestra de estudio.



## CAPITULO IV

### 4. RESULTADOS

#### 4.1 ANALISIS DESCRIPTIVOS:

Tabla1. Edad en años de las Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña” - Huánuco -2016

Edad en años	Frecuencia	%
18 a 23	22	27,5
24 a 29	22	27,5
30 a 35	25	31,2
36 a 41	11	13,7
<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100,0</b>

**Fuente.** Cuestionario de Conocimiento (Anexo 01).

En cuanto a la edad de las Madres de Nivel Inicial en estudio se encontró en gran parte del 31,2%(25 Madres) pertenecían al grupo de 30 a 35 años, el 27,5%( 22 Madres) corresponde entre 18 a 23 años, el 27.5% (22 Madres) pertenecía al grupo de 24 a 29 años y el 13,7%(11 Madres) entre 36 a 41 años.

Tabla 02. Grado de instrucción de las Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” -Huánuco -2016.

<b>Grado de instrucción</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
Primaria completa	27	33,8
Secundaria completa	24	30,0
Secundaria incompleta	19	23,8
Superior completa	7	8,8
Superior incompleta	3	3,8
<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Cuestionario de Conocimiento (Anexo 01).

En referencia al grado de instrucción de las Madres de Nivel Inicial en estudio, se encontró que el 33,0%( 27 Madres) alcanzaron la Educación primaria completa, el 30,0% (24Madres) la educación secundaria completa, el 23,8% (19M) con la Educación Secundaria Incompleta, el 8,8% (7 Madres) con Educación Superior completa y el 3,8% (3 Madres) se encontraban con una educación superior incompleta.

Tabla 03. Lugar de procedencia de las Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” - Huánuco -2016.

<b>Procedencia</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
Rural	27	33,8
Urbano	29	36,3
Periurbano	16	20,0
Urbano Marginal	8	10,0
<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100,0</b>

Fuente; cuestionario de conocimientos (Anexo 01).

En cuanto a la procedencia de la Madres de Nivel Inicial en estudio, el 36,3% (29 Madres) viven en la zona urbano, el 33,8%( 27 Madres) en la zona rural, el 20,0%(16 madres) en la zona periurbano y el 10,0%( 8 Madres) en zona urbano marginal.

Tabla 04. Conocimiento sobre la preparación de loncheras pre escolares en Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” - Huánuco -2016

<b>Elaboración</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
Conoce	24	30,0
Desconoce	56	70,0
<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100,0</b>

Fuente: cuestionario de conocimientos (Anexo 01).

En concordancia al conocimiento sobre la preparación de lonchera pre escolar a Madres en estudio, se encontró que el 70%( 56 madres) desconocen sobre la preparación y el 30,0%( 24 madres) conocen sobre preparación de lonchera escolar.

Tabla 05. Conocimientos sobre los tipos de alimentos en cuanto a la loncheras pre escolares a Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” - Huánuco -2016

<b>Alimentos</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
Conoce	27	33,8
Desconoce	53	66,3
<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100,0</b>

**Fuente:** Cuestionario de conocimiento (Anexo01)

En razón al conocimiento de las Madres sobre los tipos de alimentos en cuanto a la preparación de lonchera escolar, se encontró que el 66,3%(53 madres) desconocen los alimentos y el 33,8% (27 madres) conocen sobre los alimentos.

Tabla 06. Conocimiento sobre la higienización en cuanto a la preparación de loncheras pre escolares a Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” - Huánuco -2016.

Higienización	Frecuencia	Porcentaje
Conoce	40	50,0
Desconoce	40	50,0
<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100,0</b>

**Fuente:** Cuestionario de Conocimientos (Anexo 01).

En general al conocimiento sobre la higienización de las madres en cuanto a la preparación de loncheras pre escolares se encontró 50,0% (40 madres) que conocen y desconocen cada uno.

Tabla 07. Conocimiento en general sobre la preparación de loncheras pre escolares a Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” -Huánuco -2016.

<b>Conocimiento</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>%</b>
Conoce	34	42,5
Desconoce	46	57,5
<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100,0</b>

**Fuente:** Cuestionario de conocimiento (Anexo01)

En cuanto al conocimiento sobre la preparación de la lonchera pre escolar, se encontró el 57,5% (46 madres) desconocen sobre la preparación y el 42,5% (34 madres) conocen sobre la preparación de lonchera escolar.

## 4.2. ANALISIS INFERENCIAL

Tabla 08. Contraste de los conocimientos sobre la preparación de loncheras pre escolares a Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” - Huánuco -2016.

Conocimiento sobre preparación de Loncheras pre escolares	Total		Prueba Chi cuadrada	Significancia
	F	%		
Conoce	24	30,0	9.98	0,062
No Conoce	56	70,0		

Fuente: Cuestionario de conocimiento (Anexo01)

Respecto al conocimiento sobre preparación de la lonchera escolar de las madres se encontró que el 70,0 % desconoce la preparación de loncheras escolar mientras el 30,0% conoce.

Mediante la Prueba de Chi cuadrado se obtuvo un valor de Chi cuadrado ( $X^2=9,98$ ;  $P\leq 0,062$ ), encontrando valor significativo de no conoce por lo que se rechaza la hipótesis de investigación y se acepta la hipótesis nula



Tabla 09. Contrastación de los conocimientos sobre los tipos de alimentos en cuanto a la preparación de la loncheras pre escolares a Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa N°003 “Laurita Vicuña Pino” -Huánuco -2016.

<b>Conocimiento sobre Tipos de alimentos en la preparación de Loncheras pre escolares</b>	Total		Prueba Chi cuadrada	Significancia
	F	%		
Conoce	27	33,8		
No Conoce	53	66,3	8,45	0,064

**Fuente:** Cuestionario de conocimiento (Anexo01)

En concordancia al conocimiento de los tipos de alimentos en cuanto a la preparación de lonchera en estudio, se evidencio que el 66,3% de ellas desconocen los tipos de alimentos y 33,8% conocen los tipos de alimentos.

Mediante la Prueba de Chi cuadrado se obtuvo un valor de Chi cuadrado ( $X^2=8,45$ ;  $P\leq 0,064$ ), encontrando valor significativo de no conoce por lo que se rechaza la hipótesis de investigación y se acepta la hipótesis nula.

Tabla 10. Contrastación de los conocimientos sobre higienización en cuanto a la preparación de la loncheras pre escolares a Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa N°003 “Laurita Vicuña Pino” - Huánuco -2016.

<b>Conocimiento sobre Higienización en la preparación de Loncheras pre escolares</b>	Total		Prueba Chi cuadrada	Significancia
	F	%		
Conoce	40	50,0		
No Conoce	40	50,0	0,000	1,000

**Fuente:** Cuestionario de conocimiento (Anexo01)

Respecto al conocimiento sobre higienización en cuanto a la preparación de lonchera en estudio, se evidencio que el 50,0% de ellas conocen y desconocen cada uno.

Mediante la Prueba de Chi cuadrado se obtuvo un valor de Chi cuadrado ( $X^2=0,00$ ;  $P\leq 1,000$ ), encontrando valor significativo de no conoce por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación.

Tabla 11. Contrastación de los conocimientos generales sobre la preparación de loncheras pre escolares a Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” -Huánuco -2016.

<b>Conocimiento Generales en la preparación de Loncheras pre escolares</b>	Total		Prueba Chi cuadrada	Significancia
	F	%		
Conoce	34	42,5		
No Conoce	46	57,5	1,80	0,180

**Fuente:** Cuestionario de conocimiento (Anexo01)

Respecto al conocimiento general sobre preparación de lonchera pre escolar de las Madres en estudio se evidencio que 57,2% desconoce la lonchera pre escolar, mientras el 42,5% conoce.

Mediante la Prueba de Chi cuadrado se obtuvo un valor de Chi cuadrado ( $X^2=1,80$ ;  $P\leq 0,180$ ), encontrando valor significativo de no conoce por lo que se rechaza la hipótesis de investigación y se acepta la hipótesis nula.

## CAPITULO V

### 5. DISCUSION.

#### 5.1. DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

En la actualidad se observa los índices elevados a Nivel Mundial de diversos casos de desnutrición infantil, motivo por el cual se ve diversos factores como el bajo rendimiento escolar, retraso en el crecimiento, todo esto debido a la falta de conocimiento sobre la preparación y sobre los tipos de alimentos<sup>43</sup>.

Acerca de conocimientos en general se encontró 57,5%(46 Madres) desconoce y el 42,5%(34 Madres) conoce, pero en la comparación de frecuencias no se encontró diferencias significativas ( $p=0.18$ ).

Estos resultados coinciden con algunas investigaciones como las realizadas por: Alvarado<sup>44</sup>, quien señala que el conocimiento de las Madres sobre lonchera escolar es medio la cual coincide con el estudio realizado.

Asimismo Requena<sup>45</sup>, en su investigación tuvo como resultado conocimiento medio del total de las Madres encuestadas la cual coinciden con la investigación en estudio.

Sin embargo existen investigaciones como de Peña<sup>46</sup>, la cual señala que sus resultados tiene un bajo nivel de conocimiento con un porcentaje de 48,15% nivel bajo y el 3,70% obtuvo un nivel de conocimiento alto.

Del mismo modo la investigadora Retamozo<sup>47</sup>, señala en sus resultados que el 37,9% desconocen debido a que se encontró diferencias significativas en su investigación.

Respecto a la primera dimensión preparación se encontró diferencias significativas ( $P= 0,00$ ) en cuanto al conocimiento de Madres sobre preparación de lonchera escolar, la cual en resultados se encontró que las Madres desconocen sobre la preparación de una lonchera escolar.

También Alvarado<sup>48</sup>, encontró en sus resultados que el mayor porcentaje de las Madres desconoce en cuanto a la preparación de lonchera escolar así coincidiendo con la investigación en estudio.

Por otro lado Requena<sup>49</sup>, en su investigación el mayor porcentaje tienen conocimiento medio sobre la preparación de lonchera escolar.

También en la segunda dimensión se encontró diferencias significativas ( $P= 0,004$ ) en cuanto al tipo de alimentos en la preparación de la lonchera escolar, la cual en los resultados se encontró que las madres desconocen en cuanto a los tipos de alimentos en la preparación de la lonchera escolar.

Así también Peña<sup>50</sup>, en sus resultados encontró que las Madres desconocen sobre los tipos de alimentos en la preparación de lonchera escolar la cual coincide con la investigación e estudio.

Del mismo modo Requena<sup>51</sup>, en sus resultados obtuvo que la mayoría de porcentaje de Madres desconocen en cuanto a los tipos de alimentos en la preparación de lonchera también coincidiendo con la investigación.

Respecto a la tercera dimensión no se encontró diferencias significativas ( $P\leq 1,00$ ); la cual ambos tienen similar proporción sobre la higienización en cuanto a la preparación de la lonchera escolar, como resultados se obtuvo que ningunos sobresale la cual ambos son iguales.

Por otro lado Arauz<sup>52</sup>, los conocimientos en cuanto a la higienización el mayor porcentaje de Madres desconocen la higienización en cuanto a la preparación de la lonchera escolar.

Se propone que se realice más investigaciones de nivel cualitativo sobre los conocimientos de la lonchera en el Nivel Inicial debido a que en porcentaje de acuerdo a los antecedentes desconocen las madres.

Dentro de las limitaciones en cuanto a la muestra la población no fue demasiado grande así mismo en la recolección de datos no se tomó en cuenta personas expertas.

Habiendo realizado todas las pruebas concernientes se llega a una conclusión muy importante, que muchas de las madres saben pero no lo ponen en prácticas mientras otras desconocen completamente el tema de desnutrición infantil, motivo por el cual retrasa muchos factores en los niños en estudio.

## 5.2 CONCLUSIONES

En base a los resultados del estudio, se presenta a continuación la siguiente conclusión:

1. Los conocimientos en general de las Madres sobre la preparación de lonchera pre escolar en los resultados se encontró similar proporción entre conocen y desconocen.
2. Respecto a la primera dimensión sobre preparación en los resultados se encontró diferentes proporciones entre conocen y desconocen.
3. Acerca a la segunda dimensión sobre tipos de alimentos se encontró diferentes proporciones entre conocen y desconocen.
4. Así mismo a la tercera dimensión sobre higienización se encontró una similar proporción entre conocen y desconocen.
5. De igual forma, de acuerdo a la edad existe mayor cantidad de madres de 30 a 35 años y el de menor cantidad de 36 a 41 años.
6. De acuerdo al grado de instrucción resalta algo bien preocupante ya que el 33.8% que son 27 Madres solo tiene primaria completa y por tal motivo podemos relacionar el desconocimiento de elaborar una lonchera pre escolar.
7. Y por último el 36% de madres viven en la zona urbana y solo el 10% vive en la zona urbana marginal.

### **5.3 RECOMENDACIONES**

Los resultados del estudio, permiten efectuar algunas recomendaciones que a continuación se señala:

#### **A las instituciones de salud:**

- Implementar capacitaciones nutricionales para las Madres para garantizar un estado nutricional adecuado de los niños y niñas.
- Que las Enfermeras, en el primer nivel de atención, como parte de la implementación y desarrollo del tema en las Instituciones Educativas Saludables ejecuten las sesiones educativas sobre nutrición en las madres de niños lactantes y preescolares, para así salvaguardar el crecimiento y desarrollo óptimo.

#### **A las madres:**

- Evitar mandar comida chatarra a sus hijos.
- Fomentar el hábito de lavarse las manos antes de preparar la lonchera.
- Hacer un seguimiento sobre su estado nutricional de su hijo o hija.
- Enviar la lonchera en recipientes prácticos, limpios y seguros.
- Los alimentos que debe contener la lonchera deben ser fácil digestión, variedad y preparación.

#### **A los estudiantes de enfermería:**

- Realizar investigaciones teniendo como antecedente dicho estudio para obtener mejores resultados viendo las limitaciones.
- Realizar estudios similares en poblaciones más grandes a fin de conocer problemáticas en torno a la variable en estudio.



## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS:

1. Organización Mundial de la Salud. estadísticas de nutrición a Nivel Mundial. [internet]. [consultado 2015 Mayo 13]. disponible en:  
[http://www.who.int/whosis/whostat/es\\_whs2011\\_full.pdf](http://www.who.int/whosis/whostat/es_whs2011_full.pdf).
2. Lineamientos de Gestión de la Estrategia Sanitaria de Alimentación y Nutrición Saludable. Perú Lima. 2012 [internet]. [consultado 2015 setiembre 14] Disponible en:  
[http://www.minsa.gob.pe/portada/est\\_san/Lineamiento/ESNANS\\_FINAL.pdf](http://www.minsa.gob.pe/portada/est_san/Lineamiento/ESNANS_FINAL.pdf)
3. Alvarado JM: “Conocimiento de las Madres de niños en edad Preescolar sobre preparación de loncheras saludables en la Institución Educativa Inicial 115- 24 semillitas del saber. Cesar Vallejo – 2012” (trabajo de investigación para optar el título de especialista en Enfermería en Salud publica Lima-Perú 2013
4. Estadísticas de la Desnutrición a Nivel Mundial. [internet]. [Consultado 2015 Mayo 16].Disponible en:  
[http://www.who.int/whosis/whostat/ES\\_WHS2011\\_Full.pdf](http://www.who.int/whosis/whostat/ES_WHS2011_Full.pdf).
5. Organización Mundial de la Salud. desnutrición según la OMS 2015[consultado 2015 Mayo 15]. disponible en:  
[http://www.who.int/nutrition/about\\_us/es/](http://www.who.int/nutrition/about_us/es/)
6. La malnutrición como centro de atención: Declaración conjunta de la OMS y el UNICEF. Hacia un enfoque integrado para el control eficaz de la alimentación preescolar., 2015 Traducido por La Organización

- Panamericana de la Salud [internet]. [Consultado Mayo 15]. Disponible en:  
[http://www.paho.org/Spanish/AD/FCH/NU/OMS04\\_.pdf](http://www.paho.org/Spanish/AD/FCH/NU/OMS04_.pdf).
7. Instituto Nacional de la Salud. problemas de lonchera. consultado 2015 may 20 disponible en: <http://www.ins.gob.pe/portal/home-censi/>
  8. Instituto Nacional de la Salud. lonchera inadecuada 2013. consultado 2015 may 20 disponible en: <http://www.ins.gob.pe/portal/home-cenan/>
  9. Organización Mundial de la Salud. desnutrición según la OMS 2015[consultado 2015 may 15]. disponible en:  
[http://www.who.int/nutrition/about\\_us/es/](http://www.who.int/nutrition/about_us/es/)
  10. Lineamientos de gestiona de la estrategia sanitaria de alimentación y nutrición saludable. Perú Lima. 2012 disponible en:  
[http://www.minsa.gob.pe/portada/est\\_san/lineamiento/esnans\\_final.pdf](http://www.minsa.gob.pe/portada/est_san/lineamiento/esnans_final.pdf)
  11. Entrevista con mg. Liliana Rodríguez Acosta, Licenciada en Nutrición y dietética, Universidad de Huánuco, Huánuco 11 de mayo de 2015.
  12. Alvarado JM: “conocimiento de las Madres de niños en edad preescolar sobre preparación de loncheras saludables en la Institución Educativa Inicial 115- 24 semillitas del saber. Cesar Vallejo – 2012” (trabajo de investigación para optar el título de especialista en Enfermería en Salud Publica Lima-Perú 2013: 11-12
  13. Saavedra JM, Li—Loo Ca, Dávila SK, Alva ma. impacto de las loncheras escolares en el rendimiento académico. ucp. Perú [internet].2013 [consultado 2015 may 16] Lima- Perú.
  14. Arauz. Relación entre los conocimientos actitudes y prácticas alimentarias sobre el desayuno, lonchera y almuerzo, de las Madres de los niños

preescolares de 2-5 años que asisten al Centro Municipal de Educación Inicial Mundo infantil y su estado nutricional durante el segundo quimestre del periodo escolar 2012-2013.” (disertación de grado para optar por el título de Licenciada en Nutrición Humana Quito- Ecuador: 4-5.

- 15.Alvarado, “Conocimiento de las Madres de niños en edad preescolar sobre preparación de loncheras saludables en la Institución Educativa inicial 115-24 semillitas del saber. Cesar Vallejo – 2012” (trabajo de investigación para optar el título de especialista en Enfermería en Salud Publica Lima-Perú 2012
- 16.Peña Conocimientos en las Madres de niños en edad pre escolar sobre la preparación de loncheras saludables en la Institución Educativa Inicial “San Martin de Porres” Lima – cercado. 2011 pág14.
- 17.Mamani, Conocimientos y prácticas de Padres de niños preescolares sobre el contenido de la lonchera” en la Institución Educativa N° 326 “María Montessori 2010. [en tesis para optar el título de Enfermera] comas – Lima. Pag.12
- 18.Canales, Conocimientos de las Madres de niños preescolares de la Institución Educativa San José el Agustino 2010. [en tesis para optar el título de Enfermera] Lima.
- 19.Alvarado, “Conocimiento de las Madres de niños en edad preescolar sobre preparación de loncheras saludables en la Institución Educativa inicial 115-24 semillitas del saber. Cesar Vallejo – 2012” (trabajo de investigación para optar el título de especialista en Enfermería en Salud Publica Lima-Perú 2012

20. Peña Conocimientos en las Madres de niños en edad pre escolar sobre la preparación de loncheras saludables en la Institución Educativa Inicial “San Martin de Porres” Lima – cercado. 2011 pág14.
- 21.Requena, Conocimientos y prácticas que tienen las Madres sobre el contenido de la lonchera y su relación con el estado nutricional del preescolar de la I.E.I n° 524 – Nuestra Señora de la Esperanza. [en tesis para optar el título de Enfermera]. Lima- Perú. UNMSM 2010.
- 22.Montalvo Gonzales, A. Rojas Gonzales, M. Sama Tarazona, C. Conocimiento y prácticas que tienen las madres sobre el contenido de la lonchera y su relación con el estado nutricional del preescolar de la I.E San Pedro - Huánuco, 2012 [tesis para optar título profesional] Huánuco - 2012
- 23.Nola J. pender Teoría de la Promoción de la Salud sexta edición. Revista electrónica 2011; disponible en:  
[http://promocionsalud.ucaldas.edu.co/downloads/REVISTAS15\(1\)\\_9.pdf](http://promocionsalud.ucaldas.edu.co/downloads/REVISTAS15(1)_9.pdf)
- 24.Martha Rogers Teoría de Promoción de la Salud primera edición México 2010 Disponible en: <http://ambitoenfermeria.galeon.com/martha.html>
25. Promoción de la Salud teorías y modelos de Enfermería del 2005 sexta edición disponible en:  
[http://promocionsalud.ucaldas.edu.co/downloads/REVISTAS15\(1\)\\_9.pdf](http://promocionsalud.ucaldas.edu.co/downloads/REVISTAS15(1)_9.pdf)
- 26.Tarazona, Conocimientos sobre higiene y manipulación de alimentos que tienen las Madres los Olivos- Lima del 2010[en tesis para optar el título de enfermera]. pág. 29.
- 27.Peña Conocimientos en las Madres de niños en edad pre escolar sobre la

- preparación de loncheras saludables en la Institución Educativa Inicial “San Martín de Porres” Lima – Cercado. 2011 pág34.
28. Chávez, Aplicación del Programa Educativo Escolar sano con alimentación saludable y su influencia en el nivel cognitivo y en las prácticas nutricionales de las Madres de la I.E 2010 el sol- Distrito de Huaura.
29. BUNGE, Mario. La Ciencia, su método y su Filosofía. 4º Ed. Buenos Aires – Argentina. Editorial Sudamericana 2011.
30. Reyes, efectividad de una intervención Educativa en el mejoramiento de los conocimientos y prácticas sobre la preparación de la lonchera, que tienen las madres de preescolares en una Institución Educativa Privada en Santa Anita-Lima.” Del 2015 pág. 30-35 disponible en:  
[www.reformasalud.blogspot.com/.../determinantes-economicos-dela.html](http://www.reformasalud.blogspot.com/.../determinantes-economicos-dela.html)
31. Chávez, Aplicación del Programa Educativo Escolar sano con alimentación Saludable y su influencia en el Nivel cognitivo y en las prácticas nutricionales de las Madres de la I.E 2010 el sol- Distrito de Huaura.
32. Peña Conocimientos en las Madres de niños en edad pre escolar sobre la preparación de loncheras saludables en la Institución Educativa Inicial “San Martín de Porres” Lima – Cercado. 2011 pág34.
33. Lineamientos de Gestión de la Estrategia Sanitaria de Alimentación y Nutrición Saludable. Perú Lima. 2012 Disponible en [http://www.minsa.gob.pe/portada/est\\_san/Lineamiento/ESNANS\\_FINAL.pdf](http://www.minsa.gob.pe/portada/est_san/Lineamiento/ESNANS_FINAL.pdf)
34. Requena, Conocimientos y prácticas que tienen las Madres sobre el contenido de la lonchera y su relación con el estado nutricional del

- preescolar de la I.E.I n° 524 – Nuestra Señora de la Esperanza. [en tesis para optar el título de Enfermera]. Lima- Perú. UNMSM 2010.
35. Reyes, Efectividad de una intervención Educativa en el mejoramiento de los conocimientos y prácticas sobre la preparación de la lonchera, que tienen las madres de preescolares en una Institución Educativa Privada en Santa Anita-Lima.” Del 2015 pág. 35
36. Muñoz, El Sobrepeso y la Obesidad en niños de Áreas Urbanas del Perú. Diagnóstico. En Anales de la Facultad de Medicina N° 67. Lima Año 2010.
37. Organización Mundial de la Salud. Higiene de alimentos cuarta edición. 2015[consultado 2015 may 15]. disponible en:  
[http://www.who.int/nutrition/about\\_us/es/](http://www.who.int/nutrition/about_us/es/)
38. Reyes, Efectividad de una intervención educativa en el mejoramiento de los conocimientos y prácticas sobre la preparación de la lonchera, que tienen las Madres de preescolares en una Institución Educativa Privada en Santa Anita-lima.” Del 2015 [en tesis para optar el Título de Enfermera] pág. 35.
39. Reyes KS. *Opc.cit* pág. 44
40. Reyes KS. *Opc.cit* pág. 45
41. Alimentos composición y función. [internet] [consultado jun 24] disponible en: <http://www.edualimentaria.com/los-alimentos>
42. Maguiña, Alimentos del preescolar y escolar: loncheras o refrigerios en preescolares. Nutricionista y alimentación humana, editorial Océano Barcelona. España 2007.
43. Alimentos composición y función. [internet] [consultado jun 24] disponible en: <http://www.edualimentaria.com/los-alimentos>.

44. Alimentos composición y función. [internet] [consultado jun 24] disponible en: <http://www.edualimentaria.com/los-alimentos>
45. Reyes KS. Cuestionario de conocimiento sobre preparación de lonchera. Construcción de una Lima – Perú. [en tesis para optar el Título de Enfermera]
46. Situación de la niñez a nivel mundial.[internet]. [Buscado oct 28] Disponible en: <http://www.aldeasinfantiles.or.cr/Situacion>.
47. Alvarado JM. “Conocimiento de las madres de niños en edad preescolar sobre preparación de loncheras saludables en la Institución Educativa Inicial 115- 24 semillitas del saber. Cesar Vallejo – 2012” (trabajo de Investigación para optar el Título de Especialista en Enfermería en Salud publica Lima-Perú 2012
48. Requena, Conocimientos y prácticas que tienen las madres sobre el contenido de la lonchera y su relación con el estado nutricional del preescolar de la I.E.I n° 524 – Nuestra Señora de la Esperanza. [en tesis para optar el título de Enfermera].Lima- Perú. UNMSM 2010.
49. Peña Conocimientos en las madres de niños en edad pre escolar sobre la preparación de loncheras saludables en la Institución Educativa Inicial “san Martin de Porres” Lima – cercado. 2011 pág14.
50. Velarde, Preparación de loncheras saludables en Padres de niños pre escolares de una Institución Educativa
51. Alvarado JM. “Conocimiento de las Madres de niños en edad preescolar sobre preparación de loncheras saludables en la Institución Educativa inicial 115- 24 semillitas del saber. Cesar Vallejo – 2012” (trabajo de investigación

para optar el título de especialista en Enfermería en Salud Pública Lima-Perú 2012

52. Requena, Conocimientos y prácticas que tienen las Madres sobre el contenido de la lonchera y su relación con el estado nutricional del pre escolar de la I.E.I n° 524 – Nuestra Señora de la Esperanza. [en tesis para optar el título de Enfermera]. Lima- Perú. UNMSM 2010.
53. Peña, Conocimientos en las Madres de Niños en edad pre escolar sobre la preparación de loncheras saludables en la Institución Educativa Inicial “San Martín de Porres” Lima – Cercado. 2011 pág 18
54. Requena KS. *Opc.cit* pág. 12
55. Relación entre los conocimientos actitudes y prácticas alimentarias sobre el desayuno, lonchera y almuerzo, de las madres de los niños pre escolares de 2-5 años que asisten al Centro Municipal de Educación Inicial Mundo Infantil. 2013 en [tesis para optar el título de Enfermera] Quito- Ecuador.



# ANEXOS

Nº encuesta:

Fecha:     /     /

**ANEXO 01**  
**CUESTIONARIO DE CONOCIMIENTO PREPARACION DE LONCHERA**

**TITULO DE LA INVESTIGACION:** “CONOCIMIENTOS SOBRE LA PREPARACIÓN DE LONCHERAS PRE ESCOLARES A MADRES DE NIVEL INICIAL DE LA INSTITUCION EDUCATIVA N°003 “LAURITA VICUA PINO”-HUANUCO - 2016”

**INSTRUCCIONES:**

Estimada Madre de familia: A continuación se le presenta las siguientes interrogantes, responda marcando con un aspa (x), en la alternativa que Usted considere la respuesta correcta.

**DATOS GENERALES:**

**1. ¿Cuántos años tiene Ud.?**

.....

**2. ¿Cuál es su grado de instrucción?**

- a) Primaria Completa ( )
- b) Secundaria Completa ( )
- c) secundaria incompleta ( )
- d) Superior completa ( )
- e) superior incompleta ( )

**3. ¿Cuál es su lugar de procedencia?**

- a) Rural ( )
- b) Urbano ( )
- c) Periurbano ( )
- d) Urbano Marginal ( )

**I. PREPARACION DE LONCHERA ESCOLAR:**

**4. ¿Porque cree Ud. que es importante la lonchera en niños escolares?**

- a) Le permite desarrollar su actividad física y estar sano.
- b) Le permite crecer, estudiar, jugar y estar lleno.
- c) Le permite estudiar, crecer, hacer amigos y ser inteligente.
- d) Le permite estudiar, crecer, ser inteligente y estar saludable.

**5. ¿Qué bebida envía usualmente en la lonchera de su hijo(a)?**

- a) Infusiones (manzanilla, anís, etc.).
- b) Leche.

- c) Refresco de frutas.
  - d) Gaseosa.
- 6. ¿Qué alimentos incluye en la lonchera de su hijo(a)?**
- a) Gaseosa, galletas y una naranja.
  - b) Frugos, galletas y manzana
  - c) Agua pura, huevo con arroz y gelatina.
  - d) Fruta, verdura, pan refresco natural.
- 7. ¿Qué combinación de pan preparara para la lonchera hijo(a)?**
- a) Pan con pollo.
  - b) Pan con mantequilla.
  - c) Pan con carne frita.
  - d) Pan con hamburguesa.
- 8. ¿Qué alimentos no debe colocar en la lonchera de su hijo(a)?**
- a) Pan con huevo y plátano.
  - b) Manzana y leche.
  - c) Frugos y lácteos.
  - d) Golosinas y gaseosa.
- 9. ¿Qué combinaciones cree Ud. que es correcta en cuanto a la preparación de la lonchera de su hijo(a)?**
- a) Sándwich de queso, plátano, agua de anís.
  - b) Gaseosa, manzana, pan con queso.
  - c) Huevo sancochado, yogurt, chocolate.
  - d) Gelatina, uvas, chisito.

## **II. TIPOS DE ALIMENTOS:**

- 10. ¿Cuál cree Ud. que es la función más importante de los alimentos que contienen proteínas?**
- a) Proteger el organismo.
  - b) Recuperar energías.
  - c) Motivar al niño.
  - d) Formar y reparar tejidos del cuerpo.
- 11. ¿Cuál cree Ud. que es el origen de los alimentos energéticos (camote, papa)?**
- a) vegetal
  - b) animal
  - c) mineral
  - d) otros.
- 12. ¿De la siguiente lista ¿Qué alimentos contienen más vitaminas?**
- a) Frutas y verduras.
  - b) carnes y verduras.
  - c) cereales y frutas.
  - d) Todos.
- 13. ¿Cuál de los alimentos cree Ud. que ayudan en el crecimiento de su hijo?**
- a) Leche, huevo, queso.
  - b) Gaseosa, golosinas, pan.
  - c) Frugos, galletas, chocolate.

d) Pollo, golosinas y frugos.

**14. ¿Cuál es la función más importante de los alimentos reguladores?**

- a) Motivar al niño en clase.
- B) Despertar interés en el niño.
- c) Favorecer el desarrollo del niño
- d) Mantener un buen funcionamiento del cuerpo.

**15. ¿En cuál de los siguientes alimentos encontramos alimentos energéticos?**

- a) Huevos, lácteos.
- b) Dulces, pan.
- c) Chocolate, papa.
- d) Leche, gaseosa.

### **III. HIGIENIZACION:**

**16. ¿En qué recipientes le envía la lonchera de su hijo (a)?**

- a) Limpios.
- b) Fácil de abrir.
- c) Seguros y atractivos.
- d) Todos.

**17. ¿Qué utiliza en el lavado de las frutas y las verduras que prepara en la lonchera de su hijo(a)?**

- a) Agua y unas gotas de lejía.
- b) Agua hervida.
- c) Agua del caño.
- d) No lavo.

**18. ¿Cómo se deben almacenar los alimentos que prepara en la lonchera de su hijo(a)?**

- a) En cajas.
- b) En bolsas cerradas.
- c) En mi mesa.
- d) En refrigeradora

**19. ¿Cuánto tiempo se lava Ud. las manos antes de coger los alimentos para preparar la lonchera de su hijo?**

- a) Me lavo 30 segundos.
- b) Me lavo 20 segundos.
- c) Me lavo 10 segundos.
- d) Me lavo 5 segundos.

**20. ¿En qué momento de la preparación se lava las manos?**

- a) No me lavo.
- b) Durante la preparación de la lonchera.
- c) Después de preparar la lonchera.
- d) Antes de preparar la lonchera.

Gracias, por su participación.

**ANEXO 02****CONSTANCIA DE VALIDACIÓN PARA JUECES SOBRE EL INSTRUMENTO  
OBJETO DE EVALUACION**

Yo, \_\_\_\_\_, con DNI N° \_\_\_\_\_, de  
profesión \_\_\_\_\_, ejerciendo actualmente como  
\_\_\_\_\_, en la Institución  
\_\_\_\_\_.

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de validación de  
contenido del instrumento.

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes  
recomendaciones:

---

---

---

En Huánuco, a los \_\_\_\_\_ días del mes de \_\_\_\_\_ del \_\_\_\_\_.

**ANEXO 03**

Fecha: ...../...../.....

**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

- **TITULO DEL PROYECTO.**

Conocimientos sobre la preparación de loncheras pre escolares a Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” - Huánuco -2016.

- **EQUIPO DE INVESTIGADORES.**

Estudiante de la Escuela Académica Profesional de Enfermería de la universidad de Huánuco.

- **INTRODUCCION / PROPOSITO.**

- Conocimientos sobre la preparación de loncheras pre escolares a Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” - Huánuco -2016.

- **PARTICIPACION.**

Madres de los niños y niñas de una de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” - Huánuco -2016

- **RIESGOS / INCOMODIDADES.**

No habrá ninguna consecuencia desfavorable para usted. En caso de no aceptar la invitación no tendrá que hacer gasto alguno durante el estudio

- **BENEFICIOS.**

El beneficio que obtendrá por participar en el estudio, será recibir información sobre el tema en estudio y evaluaremos si conoce o desconoce prepara una lonchera para su hijo(a).

- **ALTERNATIVAS.**

La participación en el estudio es voluntaria usted puede escoger no participar o puede abandonar el estudio en cualquier momento. El retirarse del estudio no le representará ninguna penalidad o pérdida de beneficio a los que tiene derecho.

Le notificaremos sobre cualquiera información nueva que pueda efectuar su salud, bienestar o interés por continuar en el estudio.

- **COMPENSACION.**

No recibirá ningún pago alguno por su participación, ni de parte del investigador ni de las instituciones participantes. En el transcurso del estudio usted podrá solicitar información actualizada sobre el mismo al investigador responsable.

- **CONFIDENCIALIDAD DE LA INFORMACION.**

Los datos que se obtengan a lo largo del presente estudio son totalmente confidenciales, de modo que solo se emplearán para cumplir los objetivos antes descritos. No se publicarán nombres de ningún tipo. Así que podemos garantizar confidencialidad absoluta.

- **PROBLEMAS Y PREGUNTAS.**

Escribir al: cel.973810131

- **CONSENTIMIENTO/PARTICIPACION VOLUNTARIA.**

Acepto participar en el estudio. He leído la información proporcionada, o me ha sido leída, he tenido la oportunidad de preguntar dudas sobre ello se me ha respondido satisfactoriamente consiento voluntariamente participar en este estudio y entiendo que tengo derecho retirarme en cualquier momento de la entrevista sin que afecte de ninguna manera.

- **NOMBRES Y FIRMAS DEL PARTICIPANTE Y RESPONSABLE DE LA INVESTIGACION.**

**Nombre y firma del participante:**

.....

**Firma del responsable del investigador:.....**

**Huánuco..... de..... del 2016.**

### ANEXO 04 MATRIZ DE CONSISTENCIA

ESTUDIO: “Conocimientos sobre la preparación de loncheras pre escolares a Madres de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” Huánuco -2016.

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	METODOS
<b>PROBLEMA GENERAL:</b>  ¿Cómo es el conocimiento en general de madres sobre la preparación de loncheras pre escolar de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” Huánuco 2016.	<b>OBJETIVO GENERAL:</b>  .Determinar los conocimientos de las Madres sobre la preparación de lonchera pre escolar de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” Huánuco 2016.	I1: Las Madres de Nivel Inicial en una Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” Huánuco 2016, conocen sobre la preparación de loncheras pre escolar.	Variable dependiente: Conocimiento	Tipo de estudio: Observacional, prospectivo, transversal y descriptivo.  Diseño: Descriptivo de corte trasversal.  Población: 80 Madres  Muestra: 80 Madres  Instrumento: Cuestionario de conocimiento
<b>PROBLEMA ESPECIFICO (1)</b>  ¿Cómo es el conocimiento de las Madres sobre preparación de la lonchera pre escolar de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” Huánuco 2016.	<b>OBJETIVO ESPECIFICO (1)</b> Identificar como es el conocimiento de las Madres sobre la preparación de lonchera pre escolar del nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” Huánuco 2016.	Ho1: Las Madres de Nivel Inicial en la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” Huánuco 2016, no conocen sobre la preparación de loncheras pre escolar. Ha2: Las Madres de Nivel Inicial en la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” Huánuco 2016, conocen sobre los tipos de alimentos en la preparación de loncheras pre escolar.	Preparación Importancia contenido combinación de alimentos bebida  Tipos de alimentos: Según su función Según su origen Según su composición química	
<b>PROBLEMA ESPECIFICO (2)</b>  ¿Cómo es el conocimiento de las Madres sobre el tipo de alimentos en cuanto a la lonchera pre escolar de Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 “Laurita Vicuña Pino” Huánuco 2016.			Higienización Higiene de alimentos Higiene de la Madre limpieza Inocuidad Practicidad.	



<p>PROBLEMA ESPECIFICO (3) ¿Cómo es el conocimiento de las madres sobre higienización en cuanto a la preparación de loncheras escolares de nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 "Laurita Vicuña Pino" - Huánuco 2016.</p>	<p>OBJETIVO ESPECIFICO (2) •Evaluar como es el conocimiento de las Madres sobre los tipos de alimentos en cuanto a la preparación de lonchera escolar del Nivel Inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 "Laurita Vicuña Pino" Huánuco 2016.</p> <p>OBJETIVO ESPECIFICO (3) Valorar como es el conocimiento de las Madres sobre la higienización en cuanto a la preparación de lonchera escolar del nivel inicial de la Institución Educativa Inicial N°003 "Laurita Vicuña Pino" - Huánuco 2016.</p>	<p>Ho2: Las madres de Nivel Inicial en la Institución Educativa Inicial N°003 "Laurita Vicuña Pino" Huánuco 2016, no conocen sobre los tipos de alimentos en la preparación de loncheras pre escolar.</p> <p>Ha3: Las madres de Nivel Inicial en la Institución Educativa Inicial N°003 "Laurita Vicuña Pino" Huánuco 2016, conocen sobre higienización de alimentos en la preparación de loncheras pre escolar</p> <p>Ho3: Las Madres de Nivel Inicial en la Institución Educativa Inicial N°003 "Laurita Vicuña Pino" Huánuco 2016, no conocen sobre higienización de alimentos en la preparación de loncheras pre escolar.</p>		
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

## CONSTANCIA DE VALIDACIÓN


Yo, Armando Nalvarte Leiva, con DNI N° 45496343 de  
 profesión Lic en Enfermería, ejerciendo actualmente como  
Docente en la ESP Enfermería en la Institución  
Universidad de Huánuco.

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de validación de contenido del instrumento.

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes recomendaciones:

- 1.- Mejorar los signos de puntuación
- 2.- Cambiar los puntos que no sean relevantes
- 3.- Determinar los términos a utilizar en tu cuestionario, de acuerdo a tu población

En Huánuco, a los 22 días del mes de Setiembre del 2014.

  
 Firma

## CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Silvia Alvarado Rueda, con DNI N° 45831156, de  
 profesión Enfermera, ejerciendo actualmente como  
Docente, en la Institución  
Universidad de Huánuco

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de validación de  
 contenido del instrumento.

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes  
 recomendaciones:

Dentro del cuestionario, hay que cambiar el modo de la  
pregunta o quitar uno o mas letras. Todas las  
correcciones u observaciones estan dentro del cuestionario

En Huánuco, a los 22 días del mes de Septiembre del 2015.



Firma

## CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, ANA SUAREZ SALAS, con DNI N° 2276839 de  
 profesión ENFERMERA, ejerciendo actualmente como  
COORD. ACUS - AMPCO, en la Institución  
MINSA.

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de validación de  
 contenido del instrumento.

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes  
 recomendaciones:

Realizar la Renovación del Registro Profesional  
en Clases y Docentes para el Estudio  
ENFOCAR EN EL DESARROLLO DEL ESTUDIO Y FORMACIÓN  
del personal de acuerdo a las Indicaciones del  
DIRECCION GENERAL DE EDUCACIÓN, PSICOLÓGICA Y ASISTENCIAL  
 En Huánuco, a los 25 días del mes de Setiembre del 2015.

  
ANA MARÍA SUAREZ SALAS  
 LIC. ENFERMERIA  
 CEP 24875  
 Firma

## CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Gloria Linares Rodríguez de Sandoval, con DNI N° 9245429, de  
 profesión Psicóloga, ejerciendo actualmente como  
Psicóloga Clínica, en la Institución  
Hospital Regional R.U.H.

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de validación de  
 contenido del instrumento:

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes  
 recomendaciones:

El instrumento debe estar constituido con las  
Dimensiones a medir dentro de las variables independientes

En Huánuco, a los 23 días del mes de Septiembre del 2015.

GOBIERNO REGIONAL HUÁNUCO  
 Dirección Regional de Salud  
 Hospital Regional "Dr. Víctor Raúl Alvarado"

[Firma]  
 Mg. Ana Linares Rodríguez de Sandoval  
 Lic. en Psicología, D.N.I. 9245429

Firma

## CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Maria Salcedo Zúñiga de Jara con DNI N° 22414442, de  
 profesión Psicóloga de Ejercicio, ejerciendo actualmente como  
Directora Ejecutiva Salud de la Buena, en la Institución  
DIVERSA Huánuco.

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de validación de  
 contenido del instrumento.

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes  
 recomendaciones:

Debe considerarse comentarios planteados por detalle  
según ítem

En Huánuco, a los 25 días del mes de Septiembre del 2015.

GOBIERNO REGIONAL HUÁNUCO

DIRECCIÓN REGIONAL DE SALUD

Mg. GPE. María Salcedo-Zúñiga de Jara  
 DIRECTORA EJECUTIVA DE LA BUENA  
 HUÁNUCO - 18220 - CEP 1866

Firma

## CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Jiana Palma Lozano, con DNI N° 43211803, de  
profesión Enfermería, ejerciendo actualmente como  
Docente, en la Institución  
Universidad de Huánuco.

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de validación de  
contenido del instrumento.

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes  
recomendaciones:

Es necesario incluir en los criterios quién prepara los alimentos,  
ya que muchas veces lo hace la abuelita, la hermana mayor,  
entre otros.

En Huánuco, a los 23 días del mes de Septiembre del 2015.

  
Firma